

Vorgeschlagen von: am Mi 04 Mär 2009 19:50:14 CET

Beschreibung

Zutaten

800 g Schweinekotelett, Salz, schwarzem Pfeffer, 1 Prise Muskat, 1 Teel. Paprika, edelsüß, 2 Essl. Butter, 2 Essl. Öl, 400 g Zwiebel, 1/4 l Bier, 1/4 l Wasser, 1 Lorbeerblatt, 1 Zweig Thymian, 3 Salbeiblätter

Zubereitung

Schweinekotelett ausgelöst, am Stück. Mit Salz, schwarzem Pfeffer, Muskat, Paprika (edelsüß) einreiben. Butter, Öl in einem Bräter erhitzen, das Fleisch rundherum kräftig anbraten. Inzwischen Zwiebel schälen, in dicke Ringe schneiden und rund um das Fleisch streuen; goldbraun werden lassen und mit Bier, Wasser ablöschen. Lorbeerblatt, Thymian, Salbeiblätter einlegen. Den Bräter zugedeckt in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen stellen und eine Stunde garen. Das Fleisch im ausgeschalteten Backofen noch 15 Minuten ruhen lassen. Das Fleisch aufschneiden, Lorbeerblatt, Thymian und Salbeiblätter aus der Soße nehmen. Die Soße abschmecken und samt Zwiebelringen zum Fleisch reichen. Dazu passen Semmelknödel und Blaukraut oder Kartoffelsalat. Und als Getränk natürlich ein Bier.

Anmerkungen

| | | | |
|--------------------------|--------------|-----------------------|--------------|
| Zubereitungsdauer | 5 Min | Schwierigkeit | ganz einfach |
| Portionen | eine Portion | Sonstige Menge | |
| Land/Region | | Kosten | |
| Vegetarisch | 0 | Laktose frei | 0 |
| Diabetisch | 0 | Gluten frei | 0 |
| Kilo-Kalorien | | Kilojoule | |
| Fettgehalt | | Broteinheiten | |
| Eiweiß | | Kohlehydrate | |