

Vorgeschlagen von: am So 19 Apr 2009 17:51:41 CEST

Beschreibung

Zutaten

5 Schweinerückensteaks á 180g 1 Fl. Weißbier 1 Pr. Salz 1 Pr. Pfeffer 1 Pr. Paprika 1 Zwiebel 1 Lorbeerblatt
10g Wacholderbeeren 10 Senfkörner.

Zubereitung

24 Std. vor Zubereitung das Fleisch einlegen. Dazu Marinade aus Weißbier, Salz, Pfeffer, Paprika, Zwiebel, Lorbeer, Senfkörner, Wacholderbeeren herstellen. Kurz vor dem Garen herausnehmen, mit Küchenpapier abtupfen und in der Pfanne durchbraten. Dazu empfehlen sich als Beilage Engerlinge mit Zwiebelwürfel und Kräutern gedünstet und Kartoffeln, die Sie schälen, mit einem Nußausstecher.

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	