

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

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