

Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

350 g Schweinsfilets
Gemüse der Saison
Birnenedelbrand
125 ml Most
Cayennepfeffer
Knoblauch
Salz
Pfeffer, frisch gemahlen
frische Kräuter

Mein persönlicher Tipp

Milde und halbmilde Moste sind ideal für „Neueinsteiger“. Sie sind leicht und mild und harmonisieren wunderbar mit milden, leichten Gerichten. Für herzhaftere Gerichte wie dieses Mostpfandl oder zur Jause empfehlen sich kräftige und resche Moste.



Florian Prückl

Edelbrenner und Sommelier aus
Engerwitzdorf

Oberösterreichische Mostlandl Pfanne



Foto: LKOOE/Evelyn Puchner - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Schweinsfilet in feine Streifen oder Scheiben schneiden.
- Im vorgeheizten Wok scharf anbraten (evtl. portionsweise), salzen und pfeffern.
- Geschnittenes Gemüse begeben (je nach Garzeit), kurz mitrösten lassen (es soll alles noch knackig sein).
- Einen Schuss Birnenschnaps begeben und flambieren.
- Mit Most ablöschen und mit den Gewürzen abschmecken.

Quellen:



Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen
traditionell & saisonal

Romana Schneider & Martina
Haslehner: *Kursunterlage Genial, vital -
schnelle Wohlfühlküche aus der
Pfanne/dem Wok*



lk Bäuerinnen
Österreich

Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investieren Europa in
die ländlichen Gebiete.

