



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten:

- 600 g Schweinsfilets
- Kräutersalz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 2 EL Pflanzenöl
- 250 g gelbe Zwiebeln
- 400 g Pfirsiche
- 100 ml Weißwein
- Thymian

Mein persönlicher Tipp

Die Pfirsiche durch ein anderes Obst der Saison ersetzen.:

Elisabeth Hörmann

Seminarbäuerin aus Bruck an der Mur

Quellen:

- Eva Maria Lipp: *Seminarrezept*

Schweinsfilet mit Pfirsichen

Zubereitung

- Das Schweinsfilet enthäuten und in 3 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.
- Fett erhitzen und Filets darin beidseitig scharf anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und mit Folie abdecken.
- Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Diese in die Pfanne geben und anrösten.
- Nektarinen schälen und in Spalten schneiden. Zum Zwiebel geben und würzen.
- Mit Weißwein aufgießen und zugedeckt 5 Minuten leicht dünsten lassen. Dann die Filetstücke wieder dazugeben und scharf erhitzen.
- Die Zwiebel-Nektarinen auf den Tellern anrichten und die Filetscheiben darauflegen.

Beilagen

- Mit einer Pfirsichspalte belegen und mit einer Beilage wie Reis oder Erdäpfelbeilagen servieren.