



**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

## Schweinsfilet mit Pfirsichen



Foto: Eva Maria Lipp - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

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

**Beilagen**

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

**Quellen:**



Eva Maria Lipp: Seminarrezept