

# Schweinefilet mit Paprikasauce



## Zutaten für 2-3 Personen:

250 g Schweinefilet  
1/2 EL Speisestärke  
1/2 TL Salz  
Cayennepfeffer  
Paprika edelsüß  
italienische Kräuter  
2 EL Olivenöl  
1/3 einer roten Paprikaschote (optional)  
150 ml kräftige Hühnerbrühe  
1 1/2 rote geröstete Paprika aus dem Glas  
6-12 schwarze Oliven (optional)  
150 ml Sahne

1. Schweinefilet in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben mit Hilfe eines Kochmessers noch flacher „streichen“. Speisestärke, Salz, Cayennepfeffer, Paprika edelsüß und italienische Kräuter mischen, die Scheiben damit bestreuen.

2. Brühe und geröstete Paprika aus dem Glas mixen.

3. Schweinefiletscheiben in einer beschichteten Pfanne mit Olivenöl bei größerer Hitze portionsweise kurz braten, in Alufolie warm stellen.

4. Bratensatz mit der gemixten Brühe ablöschen. Sahne zugießen und etwas einköcheln, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch wieder zugeben.

## Hinweise:

Als Beilage eignen sich z.B. Bandnudeln oder auch Kartoffelplätzchen, wie auf dem Bild.

Optional kann man noch kleine gebratene Paprikastückchen und Oliven in die Sauce geben, vorzugsweise schwarze Oliven, trocken eingelegt.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Hauptspeisen, Fleisch, Schwein, mediterran

Rezept und Foto: Walter  
Stand 23.01.2023