


Kochen

Schweingeschnetzeltes mit Champignons und Mandarinenbutter



ZUTATEN

 Für 4 Personen

Mandarinenbutter

4 Mandarinen

80 g Butter weich

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Tabasco wenig

Fleisch

0.5 Bund Thymian

2 Schalotten

1 Knoblauchzehe

300 g Champignons

1 Esslöffel Bratbutter

600 g Schweinsgeschnetzeltes

Salz, Pfeffer aus der Mühle

3 dl Noilly Prat

Tabasco

NÄHRWERT

Pro Portion

8 g Kohlenhydrate

36 g Eiweiss

25 g Fett

481 g kKalorien

ZUBEREITUNG

- 1 Die Mandarinen unter heissem Wasser gründlich spülen und mit Küchenpapier trockentupfen. Die Schale von 2 Früchten dünn abreiben. Den Saft aller Mandarinen auspressen und auf 2 Esslöffel einkochen lassen.
- 2 In einer Schüssel die weiche Butter kräftig durchrühren, bis sich kleine Spitzchen bilden. Abgeriebene Mandarinschale sowie eingekochten Saft unterrühren und die Butter kräftig mit Salz, Pfeffer und Tabasco würzen. Die Buttermischung bis zur Verwendung kühl stellen.
- 3 Den Ofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.
- 4 Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Champignons kurz kalt spülen, mit Küchenpapier trockentupfen, wenn nötig rösten und in dünne Scheiben schneiden.
- 5 In einer Bratpfanne die Bratbutter rauchheiss erhitzen. Das Geschnetzelte mit Salz und Pfeffer würzen. In 2 Portionen jeweils auf der ersten Seite gut 1 Minute, auf der zweiten Seite nur noch etwa 30 Sekunden kräftig anbraten. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im 80 Grad warmen Ofen etwa 20 Minuten nachgaren lassen.
- 6 Inzwischen im Bratensatz 1 Esslöffel Mandarinenbutter erhitzen. Champignons und Thymianblättchen darin 2–3 Minuten kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Champignons-Thymian-Mischung zum Fleisch in den Ofen geben.
- 7 Im Bratensatz die restliche Mandarinenbutter erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten. Den Noilly Prat dazugiessen und alles auf grossem Feuer zur Hälfte einkochen lassen. Den im Ofen entstandenen Fleischsaft beifügen. Die Sauce wenn nötig mit Salz, Pfeffer und wenig Tabasco abschmecken.
- 8 Das Schweinsgeschnetzelte sowie die Champignons aus dem Ofen nehmen und mit der Sauce mischen. Sofort servieren.