

Medaillons vom Schweinefilet im Käseteig gebacken

Rezept für 4 Personen: 720 g Schweinefilet ,3 Eier, 60 g Mehl,100 g geriebener Emmentaler Käse, 0,2 L Rapsöl, Gewürze

Aus dem Schweinefilet 12 Medaillons a.60 Gramm schneiden. Die Medaillons leicht plattieren und dann mit Salz und Pfeffer würzen. Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Jetzt die Medaillons mehlieren und dann durch den Käseteig ziehen. Im heißen Rapsöl auf jeder Seite ca. 3 Minuten goldgelb ausbraten.

Käseteig:

Die Eier mit 30 g Mehl verquirlen und anschließend den geriebenen Käse untermischen. Würzen mit wenig Salz, Muskat und Pfeffer.

Bei diesem Gericht handelt es sich um Schnellgericht aus der Pfanne, wobei es ohne großen Aufwand ein hochwertiges Essen gibt.

Als Beilagen eignen sich jegliche Art von Teigwaren, Gemüse oder Salat. Als Soße ist am besten Tomatensoße geeignet.



Bild U.Großmann

Das Gericht wurde auch in einem Kochkurs im B+Erlebnisort Blossenau gekocht

