

Schweine-Medaillons mit Spargel-Gemüse

Für 4 Personen:

500 g weißer Spargel	1 Bund Möhren	2 Zwiebeln
3 Lauchzwiebeln	4 große Schweinemedallions	3 EL Öl
300 ml Gemüsebrühe	200 g Schlagsahne	Salz, Pfeffer
250 g Bandnudeln	$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch

Spargel waschen, schälen, holzige Enden abschneiden und Spargel in grobe Stücke schneiden.

Möhren schälen, putzen und schräg in Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und fein würfeln.

Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Fleisch waschen, trocken tupfen und etwas flach drücken. 2 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Medaillons darin von jeder Seite 34 Minuten scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

1 EL Öl im Bratöl erhitzen. Spargel, Möhren und Zwiebeln darin 23 Minuten braten. Mit Brühe und Sahne ablöschen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Lauchzwiebeln zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Inzwischen Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung zubereiten. Kerbel und Schnittlauch waschen, trocken schütteln, Kerbelblättchen von den Stielen zupfen, Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Nudeln in ein Sieb gießen und gut abtropfen lassen. Fleisch und Spargelgemüse anrichten, mit Kräutern bestreuen. Nudeln dazu reichen.

NN am 09. Juni 2024