

## Karbonade vom Schwein

### Für 2 Personen

2 Schweinekarbonaden a 400 g    2 El Öl                    Meersalz  
schwarzer Pfeffer                    1-2 Stiele Thymian

Schweinekarbonaden Raumtemperatur annehmen lassen. Mit je 1 El Öl beträufeln, kräftig mit Meersalz und mit grob gemahlenem Pfeffer würzen und alles rundherum einmassieren. In einer heißen Grillpfanne von allen Seiten kräftig anbraten. Thymianstiele auf das Fleisch geben und in der Pfanne im heißen Ofen bei 140 Grad auf der mittleren Schiene 15-20 Min. fertig garen (Umluft nicht empfehlenswert). Das Fleisch 5 Min. ruhen lassen, dann mit dem Bratsud und der Pfirsich-Salsa servieren.

Tim Mälzer am 02. 10. 2010