

Fruchtige Schmorpfanne

Schritte: 10

Schwierigkeitsgrad:

Zutaten

4 Portionen

300 g braune	Champignons	700 g	Schweinefilet
2 Stück	Schalotten	1 Stück	rote Paprika
3 Stück	Knoblauchzehen	25 g	Ingwerpulver
400 g	Crème fraîche	200 ml	Orangensaft
2 EL	Rinderbrühe	2 EL	Sojasauce
3 EL	Öl	2 EL	Chilipaste
1 Hand voll	Baby Spinat		Salz & Pfeffer
etwas	Petersilie	etwas	Butter

Zubereitung

-
1. Die Pilze vierteln und in heißem Öl braten und im Anschluss beiseite stellen.
 2. Das Fleisch in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden und es auf beiden Seiten anbraten, bis es goldbraun ist.
 3. Das Fleisch heraus holen und in der Pfanne den zerdrückten Knoblauch rösten.
 4. Auch diesen heraus heben und nun die geviertelten Schalotten und die gewürfelte Paprika dünsten.
 5. Mit Salz, Pfeffer und Ingwer würzen.
 6. Dazu Creme fraiche, Orangensaft, Rinderbrühe, Sojasaße und Chilipaste geben.
 7. Bei kleiner Hitze etwa 7 Minuten köcheln lassen, bis es einkocht.
 8. Dann die Pilze und das Fleisch dazu geben, es noch weitere 10 Minuten köcheln.
 9. Zuletzt den Babyspinat rein geben und noch eine Minute auf dem Herd lassen.
 10. Mit einer Beilage von gekochten Salzkartoffeln, die mit Butter und Petersilie abgeschmeckt werden, servieren.