

Zutaten

- 350 g Schweinefilet
- 3 EL Orangensaft
- 3 EL Rotwein
- 1 TL Honig
- 150 g Champignons, frisch
- 4 Slightly heaped teaspoons Rosmarin
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 150 ml Wasser
- 100 ml Schlagsahne
- 1 Beutel MAGGI Fix für Jägertopf

Zubereitung

- 1. Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in knapp 1 cm dünne Scheiben schneiden.
- 2. Orangensaft mit Rotwein und Honig verrühren und das Schweinefilet darin ca. 30 Min. marinieren. Champignons putzen und in Scheiben schneiden.
- 3. Schweinefilet aus der Marinade nehmen, gut abtropfen lassen. Marinade aufheben. Rosmarin waschen, Rosmarinnadeln jeweils bis auf eine Spitze von ca. 3 cm entfernen. Filetscheiben auf den Zweigen aufspießen.
- 4. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen, Filetspieße darin rundum anbraten, heraus nehmen. Champignons zugeben und mitdünsten. Marinade zugießen und einkochen lassen.
- 5. Wasser und Sahne zufügen und zum Kochen bringen. MAGGI Fix für Jägertopf einrühren, zum Kochen bringen. Fleischspieße zugeben und bei geringer Wärmezufuhr ca. 10 Min. garen, dabei einmal wenden. Dazu passt Kartoffelgratin oder Gnocchi.

Nährwert-Anzeige

50 Minuten

3 Portionen

Kohlenhydrate 11 g

Energie 360 kcal

Fett 21 g Protein 29 g