



Schweinefilet-Topf mit grünem Spargel in Estragonrahm

Zutaten

- 500 g Schweinefilet
- 500 g grüner Spargel
- 100 g Tomaten
- 1 Stängel Estragon
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 350 ml Wasser
- 150 ml Schlagsahne
- 2 Beutel MAGGI Fix für Geschnetzeltes "Zürcher Art"

Zubereitung

1. Schweinefilet waschen, trocken tupfen und schräg in 4 Scheiben schneiden. Spargel putzen, waschen und schräg in Stücke schneiden. Tomaten waschen, den Blütenansatz entfernen und in Würfel schneiden. Vom Estragon die Blätter abzupfen und hacken.
2. In einem Topf THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Die Schweinefilets darin ca. 2 Min. anbraten und herausnehmen. Spargelstücke zugeben und ca. 2-3 Min. anschwitzen.
3. Wasser und Sahne zugießen, MAGGI Fix für Geschnetzeltes "Zürcher Art" einrühren und zum Kochen bringen. Tomatenwürfel und Estragon zugeben. Schweinefilet wieder in die Soße geben und ca. 3-5 Min. gar ziehen lassen. Dazu Salzkartoffeln servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	16 g
Energie	434 kcal
Fett	27 g
Protein	34 g

🕒 25 Minuten

⊕ 4 Portionen