

Schmeckt nicht, gibt's nicht!

Das gesamte Menü vom 25.03.2006

Hauptspeise: Gebratene Schweinenacken-Steaks

Zutaten:

6 Schweinenackensteaks (à ca. 150 g)
Salz
Pfeffer
Öl zum Anbraten



Zubereitung:

Die Nackensteaks mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer heißen Pfanne erhitzen und die Steaks von beiden Seiten braten, bis sie durch sind.

Beilage: Gerösteter Reis

Zutaten:

200 g Duftreis
800 ml Gemüsebrühe
frisches Basilikum
2 EL Butter
Pfeffer



Zubereitung:

Duftreis bei mittlerer Hitze in einem Topf oder in einer Pfanne ohne Fett anrösten, bis er goldbraun ist. Inzwischen die Gemüsebrühe aufkochen. Den Reis mit etwas Brühe ablöschen, bis er gerade bedeckt ist. Offen bei mittlerer Hitze garen, dabei nach und nach die übrige Brühe zugießen und ca. 25 Minuten garen.

4 Stiele Basilikum abzupfen und die Blätter in feine Streifen schneiden. Basilikum und Butterflöckchen unter den Reis mischen, mit Pfeffer abschmecken und mit ein paar Basilikumblättern garniert servieren.

Beilage: Ragout von geschmorter Ananas

Zutaten:

4-5 EL Zucker
3 rote Zwiebeln, gewürfelt
2 gepresste Knoblauchzehen
1 grüne Peperoni
1 Ananas (geschält, ohne Strunk, blättrig geschnitten)
100 ml Orangensaft
1 TL Koriandersamen, im Mörser klein gestoßen
1/2 Bund frischer Koriander
3 EL kalte Butter



Zubereitung:

Den Ofen auf 200 °C vorheizen. Den Zucker in einen Bräter geben und leicht karamellisieren lassen. Zwiebeln, Knoblauch und Peperoni zugeben und anschwitzen. Die in Scheiben geschnittene Ananas hinzugeben, mit Orangensaft auffüllen und im Ofen schmoren lassen.

Für die Soße:

Die Koriandersaat im Mörser zerkleinern und in einem Topf ohne Öl anrösten. Schmor-Ananas-Sud in den Topf dazu geben. Frischen Koriander klein hacken und mitschmoren. Drei kalte Butterflocken einrühren, nicht kochen lassen, sondern bei mäßiger Temperatur schmoren, bis die Soße bindet.

Beilage: Chilimandeln

Zutaten:

500 g weiße Mandeln

1 kleine rote Chilischote, fein gehackt

scharfes Paprikapulver

Salz

Öl für die Pfanne



Zubereitung:

Das Öl in der Pfanne erhitzen, die Mandeln darin goldgelb rösten und mit Paprikapulver großzügig bestäuben. Kurz vor dem Herausnehmen die Chiliwürfel zugeben. Danach mit grob körnigem Salz kräftig würzen und auf einem Küchenpapier abkühlen lassen. Noch lauwarm servieren.

Copyright © 2007 RTL interactive Alle Rechte vorbehalten.

Vervielfältigung nur mit Genehmigung von RTL interactive.