

Steaks vom Schwein mit „Tellicherry Urwaldpfeffer“



Bio-Feinschmecker Rezept von Konrad Geiger
Tellicherry-Pfeffersteaks vom Schwein

Zutaten für 4 Personen:

(Zeit: 70 Minuten / Garzeit: 50 Minuten)



Für die Steaks: 12 Schweinefiletmedaillons à 60 g, 3 EL „Tellicherry Urwaldpfeffer“ grob gemörsert, „Sizilianisches Steinsalz“ aus der Mühle, 1 EL Ghee (Butterschmalz), 12 Lauchstreifen jeweils 10 cm lang und 2 cm breit

Für das Relish: 200 g frische Ananas klein gewürfelt, 100 g frische Mango klein gewürfelt, 30 g Macadamianüsse geröstet und klein gehackt, 1 EL Blatt Petersilie grob geschnitten, 50 ml Olivenöl, 1 EL Balsamico bianco, „Sizilianisches Steinsalz“ aus der Mühle

Backofen auf 150 °C vorheizen. Medaillons in „Tellicherry Urwaldpfeffer“ wenden, mit Lauchstreifen umwickeln und mit Steinsalz würzen. Butterschmalz in einer Bratpfanne erhitzen, Fleisch darin von beiden Seiten bei mittlerer Hitze jeweils 2 Min. anbraten, danach in einer Backform 8 Min. in den Backofen geben. Mit Relish servieren.

Für das Relish alle Zutaten vorsichtig vermischen und mit Steinsalz abschmecken. Im Kühlschrank aufbewahren und gekühlt servieren.

Dazu passen: Ingwer-Süßkartoffelpüree und Ingwer-Blaukartoffelpüree. Die Rezepte finden Sie unter www.bio-feinschmecker.de/rezepte

