

Vogel's Rezeptbox

Schweinefilet-Baguette



Zubereitung:

Schweinefilet in 12 Medaillons schneiden.

Bruschetta-Aufstrich mit Olivenöl vermischen und das Fleisch damit mindestens 1 Stunde marinieren.

Brot in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Das Schweinefilet auf dem Grill auf einer Grillpfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3 Minuten garen.

Auf einen Teller legen und zugedeckt kurze Zeit nachziehen lassen.

Die Brotscheiben 5 Minuten kross grillen.

Den Käse auf den Brotscheiben verstreichen und darauf die Medaillons legen.

Mit Paprika-Stückchen und einigen Käsestückchen verzieren.

Zutaten bemessen für 4 Portionen:

500 g Schweinefilet

3 EL Bruschetta & Crostini Tomate

1 EL Olivenöl kalt gepresst

400 g Vollkornbaguette, 4 Kürbiskernbrötchen oder andere frische Baguettes

100 g Schafskäse

Zum Verzieren:

1 orange Paprika

Pro Portion:

440 kcal
46,7 g Kohlenhydrate
39,6 g Eiweiß
10 g Fett