Rezept

Geschnetzeltes mit Vanille-Curry-Sauce

Ein Rezept von Geschnetzeltes mit Vanille-Curry-Sauce, am 27.04.2024

Zutaten

	500-600 g Schweinefilet, Hähnchenbrustfilet oder Putenschnitzel (die Menge richtet sich nach dem Hunger)
2 EL	Butter
	1/8 l Cidre oder ungesüßter Apfelsaft
	Salz
250 g	Kirschtomaten
4	Frühlingszwiebeln
1	Vanilleschote
1	gehäufter TL Currypulver (am besten Madras-Curry nehmen)
250 g	Sahne
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 410 kcal

Zubereitung

1. Das Fleisch in knapp 1 cm breite Streifen schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Die Vanilleschote längs aufschneiden, aufklappen und das Mark mit dem Messerrücken herausschaben. Schote in 4 Stücke schneiden.

2. Eine große Pfanne auf dem Herd heiß werden lassen. Butter darin bei mittlerer Hitze schmelzen. Die Hälfte der Fleischstreifen einrühren und etwa 2 Minuten braten, dabei ab und zu umrühren. Aus der Pfanne nehmen und das übrige Fleisch genauso braten. Ebenfalls herausnehmen.

3. Jetzt kommen die Zwiebeln mit den Schotestücken in die Pfanne, 1 Minute braten. Curry und Vanillemark dazugeben, gut unterrühren und kurz mitbraten. Mit Cidre oder Apfelsaft und der Sahne aufgießen und einmal aufkochen. Tomaten dazurühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch untermischen und 2 Minuten bei schwacher Hitze in der Sauce ziehen lassen. Abschmecken und mit Reis oder Nudeln essen.