

Rezept

# Krautflecken mit Schweinemedallions aus der Heißluftfritteuse

Ein Rezept von Krautflecken mit Schweinemedallions aus der Heißluftfritteuse, am 13.10.2024

## Zutaten

### Für das Kraut:

- |   |                           |
|---|---------------------------|
| <b>1</b> kleiner Spitzkohl (ca. 1,3 kg) | <b>1</b> Zwiebel          |
| <b>2</b> Knoblauchzehen                 | <b>1 EL</b> Butterschmalz |
| <b>1 EL</b> Kümmel                      | Salz                      |
| Pfeffer                                 | edelsüßes Paprikapulver   |
| <b>200 g</b> Sahne                      |                           |

### Für das Fleisch:

- |                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| <b>8</b> Schweinemedallions (à 80 g) | Salz  |
| Pfeffer                              | <b>1</b> Dosierlöffel neutrales Öl (ca. 4 TL) |
| <b>100 g</b> Blauschimmelkäse        |   |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal, 37 g F, 46 g EW, 12 g KH

## Zubereitung

- Den Spitzkohl waschen, putzen und längs halbieren. Den Strunk entfernen und die einzelnen Blätter in Vierecke oder Rauten von ca. 2,5 cm Kantenlänge schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken.
- Das Schmalz in den Garbehälter mit eingesetztem Rührarm geben. Den Timer auf eine Gesamtzeit von 40 Min. einstellen. Auf den Button »2 in 1« drücken, bis das Symbol für »Fleisch« erscheint. Den Timer hier auf 10 Min. einstellen. Gerät starten.
- Nach 1 Min. Spitzkohl, Zwiebel und Knoblauch zugeben. Mit Kümmel, Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Den Deckel wieder schließen und das Gerät weiterlaufen lassen. Bei Erklingen des Signaltons die Sahne zum Kraut geben.
- Dann auch das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Öl auf die Grillplatte geben und diese in das Gerät einsetzen. Den Deckel schließen und das Fleisch in der Restgarzeit braten. Nach 6 Min. den Blauschimmelkäse zerbröckeln und auf den Medallions verteilen.
- Am Ende das Sahnekraut nochmals mit den Gewürzen abschmecken. Die Schweinemedallions mit den Krautflecken anrichten und sofort servieren.