

Rezept

Schweinemedallions im Reisbett

Ein Rezept von Schweinemedallions im Reisbett, am 05.12.2025

Zutaten

1 Bund	Frühlingszwiebeln	75 g	Chorizo (ersatzweise Kabanossi)
1 EL	Olivenöl	1/2 l	Fleischbrühe
250 g	Paella-Reis (ersatzweise Rissotto-Reis)	1 Döschen	gemahlener Safran
1 Scheibe	Toastbrot		Salz
	Pfeffer	1	Schweinefilet (500-600 g)

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 560 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Die Chorizo klein würfeln. Das Öl in einer Pfanne leicht erhitzen, die Chorizo darin kurz anbraten. Die Frühlingszwiebeln dazugeben und kurz mitbraten. In eine Schüssel umfüllen.
2. Inzwischen die Brühe in einem Topf aufkochen. Den Reis und den Safran einrühren und alles 5 Min. kochen lassen.
3. Das Toastbrot fein zerbröckeln, mit der Chorizomischung vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Medallions von beiden Seiten pfeffern.
4. Den vorgegarten Reis mit der Brühe in die Form oder Pfanne umfüllen. Die Schweinemedallions darauf verteilen, die Chorizomischung jeweils mit einem Esslöffel auf die Medallions setzen. Alles im vorgeheizten Ofen (Mitte) ca. 25 Min. backen.