

Rezept

# Schweineschnitzel in scharfer Tomatensauce

Ein Rezept von Schweineschnitzel in scharfer Tomatensauce, am 01.06.2023

## Zutaten

<b>500 g</b> reife Tomaten	<b>6</b> Frühlingszwiebeln
<b>2</b> Knoblauchzehen	1/2 rote Chilischote
<b>2</b> magere Schweineschnitzel (à 150 g)	Salz
Pfeffer	<b>2 EL</b> Rapsöl
<b>2 EL</b> Aceto balsamico	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 297 kcal

## Zubereitung

1. Die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, häuten, entkernen, das Fruchtfleisch würfeln. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen, längs halbieren und fein schneiden. Knoblauchzehen schälen und in winzige Würfel schneiden. Die Chilischote ebenfalls klein würfeln.
2. Die Schweineschnitzel gleichmäßig flach klopfen, salzen und pfeffern. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Schnitzel von beiden Seiten in 5 Min. goldgelb braten. Herausnehmen und in Alufolie gewickelt warm stellen.
3. Zwiebeln und Knoblauch in die Pfanne geben und unter Rühren goldgelb rösten. Tomaten und Chiliwürfel dazugeben, durchrühren und mit dem Essig ablöschen. Mit 100 ml Wasser aufgießen und in 5-10 Min. sämig einkochen lassen. Eventuell noch etwas Wasser nachgießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, die Schnitzel wieder in die Pfanne geben und bei geringer Hitze noch 2 Min. ziehen lassen. Schnitzel auf zwei Tellern anrichten und mit dem Gemüse bedeckt servieren.