

Rezept

Schweineschnitzel mit Fenchelgemüse

Ein Rezept von Schweineschnitzel mit Fenchelgemüse, am 10.06.2026

Zutaten

400 g dünne Schweineschnitzel	3 Fenchelknollen (900 g)
1 Knoblauchzehe	3 Frühlingszwiebeln
2 EL Olivenöl	2 EL Schmand oder fettreduzierte Crème fraîche
Salz	Pfeffer
1 TL getrockneter Thymian (nach Belieben)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Die Schnitzel kalt abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Den Fenchel putzen, waschen, halbieren, den Strunk herausschneiden und die Fenchelhälften quer in dünne Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in ca. 3 cm lange Stücke schneiden.
2. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schweineschnitzel darin bei starker Hitze von jeder Seite 2 Min. scharf anbraten. Salzen, pfeffern, aus der Pfanne nehmen und warm stellen.
3. Übriges Öl in der Pfanne erhitzen und Knoblauch und Frühlingszwiebeln darin bei mittlerer Hitze ca. 1 Min. andünsten. Fenchel dazugeben und 2-3 Min. mitbraten, dann noch ca. 5 Min. bei schwacher Hitze zugedeckt dünsten. Den Schmand unterrühren. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und nach Belieben mit Thymian abschmecken. Das Fleisch zusammen mit dem Gemüse servieren.