



Schweinesteaks in Paprikasauce

mit Feta gratiniert

- 🕒 25 min Zubereitungszeit
- 🕒 40 min Kochzeit
- 🔥 1.251 kcal pro Portion
- Leicht
- 🇩🇪 Deutsche Küche
- 🌐 International



Zutaten

2 Portionen

- 2 Schweinsteaks (Nacken oder Oberschale) à 150 g
- 1 Paprika, rot
- 1 Paprika, gelb
- 1 Chilischote
- 1 Zwiebel, rot
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Bund Petersilie
- 1 El Tomatenmark
- 100 ml Weißwein
- 150 ml Sahne
- 50 g Feta
- 1 Pck Schupfnudeln

Zubereitung

- 1 Schweinsteaks gründlich abwaschen und trockentupfen. In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen. Steaks von beiden Seiten scharf anbraten bis sie leicht braun sind. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend in eine Auflaufform legen.
- 2 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Rote und gelbe Paprika abwaschen, entkernen und in 3 cm lange Streifen schneiden. Chilischote in feine Ringe schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und in Ringe bzw. feine Scheiben schneiden. Petersilie abwaschen und grob kleinhacken.
- 3 In der Pfanne erneut etwas

Butterschmalz erhitzen. Zwiebel leicht anschwitzen. Paprika, Chili und Knoblauch hinzugeben. Alles zusammen 5 Min. braten. Tomatenmark und Petersilie einrühren. Mit Weißwein ablöschen, kurz einkochen. Sahne hinzugeben, aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend über die Steaks geben. Feta darüber bröseln und im Ofen gratinieren.

- 4 Erneut etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Schupfnudeln darin goldbraun braten. Zusammen mit den Steaks und der Paprikasauce auf Tellern anrichten.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	988kJ /203kcal	8.987kJ /1.251kcal
Fett	7g	70g
davon gesättigte Fettsäuren	4g	35g
Kohlenhydrate	20g	186g
davon Zucker	1g	11g
Eiweiß	12g	107g
Salz	0g	3g