

# Medaillons mit Speck und Pflaumen

Fleisch-Gerichte » Schwein » Schweine-Filets » Medaillons

## Zutaten (8-10 Personen)

- » 10 Scheiben Frühstücksspeck
- » 750g Schweinefilet
- » Salz & Pfeffer
- » 20 Backpflaumen

## Bewertung



### Beschaffung

manchmal im Discounter



### Kosten

6-10€



### Zubereitungszeit

31-60min

## Zubereitung

1. Speckscheiben quer halbieren und ohne Fett knusprig ausbraten. Abtropfen, auskühlen lassen.
2. Schweinefilets abtupfen und in ca. 20 Medaillons schneiden. Im heißen Bratfett pro Seite 3min braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und auskühlen lassen. Je eine Speckscheibe und getrocknete Pflaume auf die Medaillons stecken.

Nährwerte: 150kcal/E18g/F5g/KH7g pro Portion

angelegt am: 30.04.2005

Rezept-Nr: 1873

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke