



Rahmgeschnetztes im Eierkuchen, Salatherzen in Orangenyogurt

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Für jeden Tag, einfach gemacht, leicht, schick und lecker

Zutaten

- Für das Rahmgeschnetztes:
 - 500 g schieres Schweinefilet , grob blättrig geschnitten
 - 150 g frische Steinchampignons in Scheiben
 - 2 Schalotten, gewürfelt
 - 1/8 l trockenen Weißwein
 - 1 Gläschen brauner Bratensaft aus dem Supermarkt
 - 1 Becher Crème fraîche
 - Etwas Butterschmalz
- Für die Eierpfannkuchen
 - 4 gehäufte Esslöffel Weizenmehl, gesiebt
 - 6 Eier
 - Etwas Milch
- Für den Salat
 - Salatherzen für 4 große Blattsalate
 - (Sind so in jeder guten Gemüseabteilung des Supermarktes zu kaufen)
 - Saft und Abrieb einer Orange
 - Saft und Abrieb einer 1/2 Zitrone
 - 1 - 2 Orangen zum filieren
 - 50 ml Naturyoghurt
 - 1/2 Becher geschlagene Sahne
 - Salz, Pfeffer, etwas Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen:

Schritt2

Die Salatherzen putzen und in kaltem Wasser auffrischen, danach auf einem Geschirrtuch trocknen.

Schritt3

Aus dem Mehl, den Eigelben und der Milch einen Pfannkuchenteig rühren und 4 geschlagene Eiweiß unterheben.

Schritt4

Der Orangenyoghurt - Dressing:

Schritt5

Aus geschlagener Sahne, dem Naturyoghurt, Orangen - und Zitronensaft und Abrieb, Salz, Pfeffer und Zucker, einen schmackhaften Dressing rühren.

Schritt6

1 - 2 Orangen für die Garnitur filieren.

Schritt7

Das Rahmgeschnetzelte:

Schritt8

Fein geschnittene Schalotten in etwas Butterschmalz glasig anschwitzen, die geputzte Steinchampignons in Scheiben dazu geben, Farbe nehmen lassen.

Schritt9

Mit etwas Rosenpaprika abstäuben, mit dem Weißwein, Crème fraiche und dem Bratensaft ablöschen.

Schritt10

Auf die benötigte Menge reduzieren lassen.

Schritt11

Das Schweinefilet mit Salz und Pfeffer würzen und kurz und scharf 2 - 3min. anbraten, rosa lassen. Zur Sahnesoße geben, nicht mehr kochen lassen.

Schritt12

Anrichtevorschlag:

Schritt13

Die Pfannkuchen herkömmlich herausbraten, üppig mit dem Rahmgeschnetzelten füllen, überklappen.

Schritt14

Mit den in Orangenjoghurt gemengt Salatherzen und der Orangenfilet Garnitur servieren.

Rezeptart: Eierspeisen, Fleischgerichte **Tags:** einfach, für jeden tag, preiswert

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/rahmgeschnetzeltes-im-eierkuchen-salatherzen-in-orangenyogurt/>