



Schweinerückensteak mit Feigen-Rotwein Sauce

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Schnell gemacht, in 25 Minuten, fruchtig, herzhaft, schmackig

Zutaten

- 4 reife, aber noch feste Feigen, geviertelt
- 4 Schweinerückensteak à 160 g - 180 g
- 1 Gläschen (200 ml) brauner Kalbsfond aus dem Supermarkt
- 150 ml trockener Rotwein
- 3 El Rotweinessig oder Balsamico
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 1 guter Tl Tomatenmark
- 25 g Zucker
- 1 - 2 Knoblauchzehen fein gewürfelt, nach eigenem Geschmack
- 2 Zweige Rosmarin, gezupft, gehackt
- 4 Zweige frischen Thymian, gezupft, gehackt
- 50 g kalte Butter
- Etwas Mehl
- Salz, Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Den Backofen auf 100 ° C vorheizen.

Schritt2

Die Schweinerückensteaks unter fließendem Wasser waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und leicht in Mehl wenden.

Schritt3

In einer recht heißen Stielpfanne, von beiden Seiten, 1 - 2 min. in Butter anbraten.

Schritt4

Im Backofen heiß legen, rosa 4 - 5 min. nachgaren.

Schritt5

In die gleiche Pfanne noch einen Stich Butter geben, Zucker, Zwiebeln, Knoblauch, dazu, kurz anschwitzen.

Schritt6

Etwas zeitversetzt das Tomatenmark mit angehen lassen, Kräuter zufügen und mit dem Rotweinessig ablöschen.

Schritt7

Fast völlig einkochen lassen, dann den Rotwein dazu geben, auf die Hälfte reduzieren, nachschmecken.

Schritt8

Mit dem Schneebesen die restliche, kalte Butter unter rühren, dann die geviertelten Feigen nur noch erhitzen.

Schritt9

Anrichtevorschlag:

Schritt10

Die Steaks ev. schräg in 2 - 3 Scheiben schneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten, darüber die Feigen Rotwein - Sauce geben.

Schritt11

Dazu schmeckt der Gekonntgekocht Steinpilzrisotto, ein Sellerie - Kartoffelpüree, aber auch Pasta.

Rezeptart: Schweinefleisch **Tags:** schweinerückensteak

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/schweinerueckensteak-mit-feigen-rotwein-sauce/>