

Schweinesteak nach Tessiner Art



Zutaten für 4 Personen:

2 Stck.	Schweinesteak
100g	Blattspinat
1	Knoblauchzehe
2	Tomaten
1	Zwiebel
0,1L	Weißwein
60g	geriebenen Käse
150g	frische Bandnudeln
wenig Sahne, wenig braune Grundsauce, wenn nicht vorhanden, dann Fertigprodukt nehmen. Oel, Salz, Pfeffermühle, Paprika	

Die Schweinesteaks von Fett und Sehne befreien und in der Pfanne in heißem Oel von beiden Seiten für 3 Minuten braten. Die Steaks heraus nehmen und auf eine Platte oder Teller setzen zum Überbacken. In den Bratensatz der Pfanne gibt man die fein gehackte Zwiebel und schwitzt diese mit an. Mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen, den Grundfond zugeben und das Ganze wieder um 1/3 reduzieren. Die Sahne zufügen und eventuell mit Mondamin binden wenn die Sauce nicht sämig genug ist.

Den Spinat in Salzwasser blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken, dann in dem Topf wenig Butter geben und mit den fein gehakten Knoblauch anschwanken und abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss. Die Tomaten vom Strunk befreien und in Scheiben schneiden, dann auf das Steak legen und den Blattspinat darauf setzen. Dann mit geriebenen Käse bestreuen und im Backofen bei 200°C für ca. 5 Minuten überbacken bis der Käse leicht bräunt. Die Bandnudeln im Salzwasser für ca. 3 Minuten kochen, abgießen und auf dem Teller anrichten, dann einen Saucenspiegel setzen und das Fleisch darauf legen.