

Rahmgeschnetzeltes aus dem Thermomix



© Rahmgeschnetzeltes - Rezepte mit Herz



30 Min.



leicht



6 Portionen

Leckeres Rahmgeschnetzeltes mit zartem Schweinefilet

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	400 g	Schweinefilet
<input type="checkbox"/>	40 g	helle Sojasauce
<input type="checkbox"/>	350 g	Champignons
<input type="checkbox"/>	400 g	kochendes Wasser
<input type="checkbox"/>	2 gehäufte TL	Fleischbrühepulver
<input type="checkbox"/>	1	Zwiebel
<input type="checkbox"/>	20 g	Öl
<input type="checkbox"/>	25 g	Speisestärke
<input type="checkbox"/>	200 g	Schlagsahne
<input type="checkbox"/>	30 g	Worcestersauce
<input type="checkbox"/>		Salz
<input type="checkbox"/>		Pfeffer

Zubereitung

1. Schweinefilet in mundgerechte Streifen schneiden, mit Sojasauce mischen und im Varoma verteilen, dabei einige Luftschlitze frei lassen. Champignons putzen, ggf. vierteln (kleine ganz lassen) und auf dem Einlegeboden verteilen.
2. Kochendes Wasser mit Fleischbrühepulver in den Mixtopf geben, Varoma und Einlegeboden aufsetzen und alles 15 Min./Varoma/Stufe 3 garen. Varoma beiseitestellen. Mixtopf ausleeren, dabei 260 g Garflüssigkeit auffangen.
3. Zwiebel abziehen, in groben Stücken in den Mixtopf geben und 3 Sek./Stufe 5 zerkleinern, herunterschieben. Öl hinzu fügen und 2 Min./Varoma/Stufe 2 dünsten.
4. Stärke mit 50 g Garflüssigkeit anrühren und zusammen mit restlicher Garflüssigkeit, Sahne und Worcestersauce in den Mixtopf zugeben. 5 Min./100 °C/Stufe 2 aufkochen lassen.
5. Champignons und Fleisch mit Hilfe des Spatels vorsichtig unter die Sauce heben, 1 Min./100 °C/Linkslauf/Rührstufe vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Nudeln, Reis, Kartoffeln oder Baguette und grünem Salat servieren.

Nährwertangaben

Pro Portion: ca. 265 kcal - 22 g E - 24 g F - 8 g KH