

SCHWEINSVORESSSEN NACH BÄUERINNENART



HAUPTGANG

4 PERS.

40 MIN.
ZUBEREITUNG

LUZERNER **BÄUERINNEN**
UNDBAUERN

natürlich | engagiert

SCHWEINSVORESSEN NACH BÄUERINNENART

(Rezept für 4 Personen)

- | | |
|---|--|
| 800 g Schweinsvoressen | trocken tupfen |
| Bratbutter | in beschichteter Bratpfanne erhitzen, Voressen in 2 bis 3 Portionen gut anbraten, in Dampfkochtopf geben |
| 200 g Champignons, vierteln
1 mittlere Zwiebel in Streifen
1 grosser säuerlicher Apfel
in 8 Schnitze schneiden | in der Bratpfanne andämpfen, zum Fleisch geben |
| etwas Salz
grob gem. Pfeffer
Paprika, Kardamompulver | würzen |
| 1 Lorbeerblatt
2 Nelken | beigeben |
| 3 dl Saure Moscht
0,5 dl Apfelessig | (mit oder ohne Alkohol)
beigeben, Dampfkochtopf verschliessen und auf dem zweiten Ring 10 Min. dämpfen, vom Herd nehmen, abkühlen, öffnen |
| ca. ½ EL Mehl
etwas Wasser | anrühren und ins kochende Fleisch einrühren, binden lassen, ca. 2 Min. leicht kochen lassen
abschmecken, anrichten |



4
PERSONEN

40 MIN.
ZUBEREITUNG

DIES UND NOCH WEITERE REZEPTE
DER LUZERNER BÄUERINNEN GIBT ES
AUF WWW.LUZERNERBAUERN.CH ODER

KARTOFFEL.CH