

schaschlik-geschnetzeltes

zutaten:

schweinefleisch, bauchspeck, paprika, tomaten, zwiebeln, knoblauch, olivenöl, salz, pfeffer

verhältnis der zutaten zueinander (ca. 4 Personen):

auf 4 schweineschnitzel oder ca. 500g schweinefleisch (rücken ist ganz okay), 1-2 Scheiben Bauchspeck (geraucht) 1-2 Paprika (rot,grün oder gelb ist egal ganz nach belieben), 3-4 tomaten, 2 mittlere – große zwiebeln und 1 große knoblauchzehe ist alles flexibel, es kann und sollte nach eigenem gutdünken variiert werden.

zubereitung:

schweinefleisch schnetzeln, bauchspeck in scheibchen schneiden, die paprika in streifen, die zwiebeln in 6-8 teile, tomaten mit heißem wasser übergießen, schälen und würfeln. mit koblauch den topf (oder pfanne) ausreiben öl hineingeben (boden bedeckt), erhitzen. im heißen öl die speckscheiben und das schweinefleisch anbraten, zwiebeln und knoblauch (kleingehackt) hinzugeben, kurz mit anbraten, die paprika dazu und etwas paprikapulver (edelsüß) nicht zu sehr bruzeln lassen (paprikapulver wird bitter). die tomaten, etwas tomatenmark dazu und mit wasser bedecken. würzen nach geschmack mit pfeffer, salz (statt salz verwende ich gern gemüsebrühe – wer aus ES oder umgebung kommt – die vom onat) etwas sambal und bratensoße schaden auch nicht, erstmal vorsichtig würzen und das ganze ca. 20 minuten köcheln lassen, dann richtig würzen.

hier eignet sich reis als beilage. während das geschnetzelte köchelt den reis zubereiten.

bei reis rechne ich ca. 1 kaffeepot (große tasse) für 2 personen.