

Schweinefleisch mit Mandeln und Grünen Oliven

Von SWR4 Moderatorin Corinne Schied

Zutaten

400g durchwachsenes Schweinefleisch zum Kurzbraten, z.B. Nacken, mundgerecht
Knoblauch, geviertelt
1 große Zwiebel, grob zerkleinert
1 große Karotte, grob zerkleinert
1-2 Stangen Sellerie, grob zerkleinert
Olivenöl zum Braten
3-4 EL Mandeln, gehackt, gehobelt, gestiftet
1 Bio-Zitrone, Abrieb und Saft
200g grüne Oliven ohne Stein, halbiert
Salz, Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

Das Fleisch mit etwas Olivenöl und dem Knoblauch vermischen und gekühlt ziehen lassen. 45 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank holen.

Das Gemüse nacheinander ganz fein hacken.

Eine große Pfanne erhitzen und die Fleischstücke ohne den Knoblauch etwa 5 Minuten kräftig von allen Seiten anbraten. Immer wieder rühren. Wenn nötig in zwei Portionen arbeiten, damit genug Platz zum Anbraten ist und das Fleisch in der Pfanne nicht kocht!

Die Temperatur auf mittlere Hitze reduzieren und das Gemüse und die Mandeln unterrühren.

Oliven, Zitronenabrieb und etwas Saft dazugeben und unter Rühren 2-3 Minuten braten.

Am Schluss mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

Corinnes Tipp: Dieses Gericht schmeckt auch mit Hähnchenfleisch!