

## Muttertagsmenü – Hauptspeise Schweinemedallions in Currysauce

<b>Thema:</b>	Muttertagsmenü – Hauptspeise (aber auch wenn man Gäste erwartet)
<b>Saison:</b>	Zweiter Sonntag im Mai (ist Muttertag)
<b>Besonderheit:</b>	auch für ungeübte Männerhände geeignet – traut Euch 😊
<b>Zu Beachten:</b>	kann sehr gut vorbereitet werden

### Zutaten / Einkaufsliste (für ca. 4 Portionen)

800-100g	Schweinemedallions
5 große	Karotten
7 große	Zwiebel
250 ml	Rama Cremefine 7%
¾ lt.	Brühe
1	chinesischer Knoblauch
ca. 1 KL	Curry
8 große	Kartoffel
n.B.	grobes Meersalz
500 g	Brokkoli
ca. 50g	Mandelstifte
1-2 EL	Mehl
n.B.	Öl (Olivenöl), Butter
n.B.	Salz und Pfeffer



### Zubereitung

Medallions salzen und pfeffern und in heißem Öl von jeder Seite scharf anbraten und warm stellen. Im verbleibenden Bratfett die in Halbmonde geschnittenen Zwiebel anbraten, den klein gewürfelten Knoblauch, sowie die in Scheiben geschnittenen Karotten hinzufügen und kurz mitbraten lassen. Mit Brühe ablöschen und mit Salz und Curry würzen (Pfeffer nur hinzufügen wer es gerne scharf mag und Curry nach Geschmack variieren – wir haben ca. 1 KL verwendet). Rama Cremefine mit dem Mehl verrühren und in die Sauce einrühren. Das Fleisch einlegen und ca. 20 Minuten dünsten lassen.

Für die Fächerkartoffeln die Kartoffeln einschneiden (nicht ganz durchschneiden) mit groben Meersalz bestreuen, mit Olivenöl beträufeln und im Backrohr ca. 45 Minuten bei 180° garen.

Den Brokkoli in Röschen teilen, in Salzwasser bissfest garen, mit eiskaltem Wasser abschrecken (damit er die Farbe behält), abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen und den Brokkoli darin schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Mandelstifte, ohne Fettzugabe, in einer kleinen Pfanne goldbraun rösten und den Brokkoli damit bestreuen.

*Gutes Gelingen und Guten Appetit*

