



Tagliatelle mit Schweinefilet und Honig-Senf-Wirsing



20-30min



2 Personen

Ein cremiges Pasta-Gericht ist doch immer eine gute Idee! Dieses Mal kombinieren wir zarte Schweinefiletspitzen und frischen Wirsing mit einer wohlschmeckenden Sauce, besonders lecker gewürzt durch Honig und Senf. Auf dieses Wohlfühlessen freut sich die ganze Familie! Durch seine natürlichen Senföle ist der Wirsing besonders gesund, denn diese wirken antibakteriell und bieten Schutz vor Erkältu...

Was du von uns bekommst

- Wirsing
- Honig
- Senf¹⁰
- Crème fraîche⁷
- Tagliatelle¹
- Schweinefilet
- Tante Mizzis Bratengewürz
- Milch⁷

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Rindersuppenwürfel
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 915.0kcal, Fett 30.8g, Eiweiß 50.4g, Kohlenhydrate 104.6g



1. Gemüse vorbereiten

Einen mittleren Topf mit Wasser und 1TL Salz für die **Tagliatelle** zum Kochen bringen. Den Strunk des **Wirsings** abschneiden, Blätter einmal längs halbieren und dann in 1cm breite Streifen schneiden.



4. Pasta kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Pasta** darin 9-10Min. gar kochen und anschließend in einem Sieb abtropfen lassen.



2. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** der Länge nach halbieren, dann in 5mm dünne Streifen schneiden. Mit 1TL Öl und 1EL der **Gewürzmischung** einreiben.



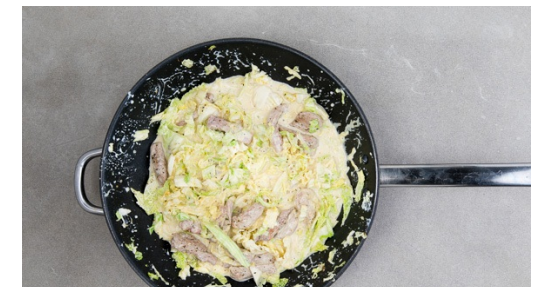
5. Wirsing anbraten

Die Pfanne erneut mit 1TL Öl erhitzen. Den **Wirsing** mit 2 Prisen Salz in der Pfanne für 4-5Min. anschwitzen. Mit 100ml **Milch** und **Crème fraîche** ablöschen und einen halben Rindersuppenwürfel, sowie 1TL **Honig** hineinrühren.



3. Fleisch anbraten

Eine große Pfanne auf mittelhohe Stufe erhitzen und das **Fleisch** darin ca. 1-2Min. scharf anbraten, evtl. nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen. Das **Fleisch** aus der Pfanne nehmen und warm halten, die Pfanne aufbewahren.



6. Sauce fertigstellen

Zum Schluss das **Fleisch** und den **Senf** in die **Sauce** geben und verrühren. Alles für weitere ca. 2-3Min. gar ziehen lassen, dann die die **Tagliatelle** in die **Sauce** geben und gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.