



Rezept mit Fleisch vom Dexter Rind

Pikanter Dexter-Mix

Zutaten (für 4 Personen):

700 g	Dexter-Geschnetzeltes à la Minute	
1 – 2	Zucchini	in ca. 0.5 cm Scheiben
1	Zwiebel	in feinen Ringen
½	gelbe Peperoni	in Streifen
8 – 10	frische Champignons	in Scheiben
max. 1	Peperocini	in feinen Scheiben (ev. ohne Kerne!)

Das Verhältnis und die Wahl der Gemüsezutaten kann nach Belieben verändert werden. Auch Teigwaren oder Reis könnten diesem bunten Eintopf beigefügt werden.

Zubereitung:

Das Gemüse wie angegeben schneiden und in der Pfanne kurz (ca. 5 – 10 Min.) dünsten bis es nahezu gar ist. Das Gemüse in der Pfanne oder einem separaten Gefäss beiseite stellen.

Das Geschnetzelte in mehreren Portionen in Bratbutter ganz kurz braten (nur ca. 1 – 2 Min./Portion). In mehreren Portionen ist genügend Platz und Hitze in der Pfanne, was einen Flüssigkeitsverlust verhindert. In Flüssigkeit lässt es sich nicht mehr braten und das Bratgut könnte leicht zäh werden. Allfällige Röststoffe zwischendurch entfernen.

Am Schluss alles zusammen in eine Pfanne geben und wieder kurz erwärmen. Nach belieben kann noch mit Gewürzen (Salz, Pfeffer oder Gewürzmischung) verfeinert werden.

TIPP: Zum Braten des Fleisches eignet sich eine Pfanne mit grosser Fläche.
Für das Gemüse dient jedoch auch der Wok, worin das Gericht auch direkt auf originelle Weise serviert werden kann.

Gutes Gelingen sowie einen guten Appetit wünscht Ihnen

Petra Eggimann