

## Schweinspiesschen auf Senf-Ebly



### Zubereitungszeit

30 Minuten

### Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 500 kcal

Eiweiss: 44 g

Fett: 13 g

Kohlenhydrate: 54 g

### Zutaten

300 g	Ebly
6 dl	Gemüsebouillon
1 EL	Senf
0.5 dl	Halbrahm
2 Zweige	Rosmarin
3 EL	Öl
4	Schweinschnitzel à 120 g
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle

### Zubereitung

1. Ebly in Bouillon ca. 8 Minuten kochen. Senf und Rahm begeben, zugedeckt warm halten. Rosmarinnadeln vom Zweig streifen, hacken und mit Öl mischen. Schweinschnitzel quer in ca. 1,5 cm breite Streifen schneiden. Wellenartig auf Spiesschen stecken. Fleisch salzen, pfeffern und mit Rosmarinöl bepinseln. Spiesschen in einer Bratpfanne rundum ca. 5 Minuten braten. Mit dem Senf-Ebly servieren.