Geschnetzeltes mit Paprika

Zutaten:
650g Schweine Schnitzel oder ein Stück vom Rücken (Lachs)
2 rote Paprika
1 rot Zwiebel
1 weiß Zwiebel
1 Knoblauchzehe
100ml Sahne
600ml Gemüsebrühe
100g Tomatenmark
1EL Speisestärke
1 TL Sambal Olek
1 EL Speiseöl
Salz, Pfeffer

Für den Reis
Reis, doppelte Menge Wasser
½ TL Curry
½ TL Curcuma

So funktioniert es!
Paprika entkernen und in Streifen schneiden
Zwiebeln schälen und in kleinere und größere Stücke schneiden
Knoblauch fein hacken
Fleisch in ca. 1 cm starke Streifen schneiden.

So geht es weiter!
Das Fleisch mit etwas Salz, Pfeffer und Sambal Olek würzen.
Einen EL Öl dazu geben und mit den Zwiebeln und Knoblauch vermischen.
Das ganze 30 - 60 Minuten ziehen lassen

In der Zwischen Zeit!
Ca 100g Tomatenmark in der warmen Brühe auflösen
In 100ml Sahne einen gehäuften EL Speisestärke Klümpchen frei einrühren.

So geht es weiter!
Das Fleisch mit den Zwiebeln in den Ofenmeister geben.
Die Brühe mit dem gelösten Tomatenmark dazu geben.
Mit Deckel in den auf 230C vorgeheizten Backofen geben.
Ich nehme gerne Umluft geht aber genauso gut mit O/U
Nach 25 Minuten das Fleisch aus dem Ofen nehmen.
Die Sahne mit der Speisestärke in das Fleisch rühren.
Die Paprikastreifen oben drauf verteilen und für weitere 20 Minuten mit Deckel backen.

Der Reis kann im Backofen für Ca. 30 – 35 Minuten mitgegart werden
Ich habe ihn im kleinen Zaubermeister, in der Microwelle für 20 Minuten gemacht.

Den Deckel vom Ofenmeister nach den 20 Minuten abnehmen und für 5 – 10 bei Umluft den Paprikastreifen etwas Farbe geben.
Mit einem Schaber und etwas Soße, die am Rand des Ofenmeister sitzenden Röstaromen in die Soße wischen.
Einmal alles umrühren und mit dem Curry Reis servieren.

Guten Appetit!

www.witt-pc.de