

Curry-BBQ vom 'Strohschwein' mit Pflaumen, Süßkartoffel

Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	2 Süßkartoffeln	1 Glas eingeweckte Pflaumen
100 ml Kalbsfond	2 EL Senfkörner	1 rote Chilischote
2 EL Currypulver	2 EL Rübensirup	1 Zimtstange
3 EL BBQ-Sauce	Salz	Pfeffer

Die Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden.

Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und Senfkörner hineingeben.

Fleisch in Scheiben schneiden und in einer Pfanne in neutralem Öl von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und Süßkartoffeln in die Fleischpfanne geben.

Leicht anbraten, mit Kalbsfond ablöschen und mit geschlossenem Deckel garen lassen.

Die Hälfte der Pflaumen mit ein wenig Saft dazugeben, Rübensirup und BBQ-Sauce untermischen und mit geschlossenem Deckel weiterhin ziehen lassen. Nach Geschmack und Konsistenz können weitere Pflaumen und Saft hinzugefügt werden.

Chili klein schneiden und je nach Schärfe mit dazu geben. Senfkörner abgießen und mit Currypulver und Zimtstange in die Pfanne geben und ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch abschließend nochmals mit ins Curry geben und warm werden lassen.

Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Björn Freitag am 17. Februar 2022