

KRITHARAKI MIT SCHWEINEFILET UND CHILI

KRITHARAKI MIT SCHWEINEFILET UND CHILI

Kritharaki sind eine ganz großartige Sache – sie verbinden aus meiner Sicht die besten Eigenschaften von Reis und Nudeln. So eignen Sie sich wunderbar für Pfannengerichte, wie diese Kritharaki mit Schweinefilet und Chili. Eigentlich wollte ich dem Ganzen mit Ras el Hanout eine arabische Note geben, aber wenn man es genau nimmt passt dann das Schwein nicht mehr so wirklich in die Pfanne. Also ist diese Cross-over Variante entstanden, die ich mit Mais und Petersilie zu einem bunten und leckeren Mix gemacht habe.



Zutaten für 2 Personen:

100g Kritharaki

100g Schweinefilet

2 EL Erdnussöl

1 guter TL Ras el Hanout

etwas Salz

2 milde Chilis

2 Knoblauchzehen

1 rote Zwiebel

100g Mais aus der Dose

1/2 Bund Petersilie

1/2 Zitrone

Zubereitung:

Die Kritharaki nach Packungsanleitung in Salzwasser gar kochen.

Das Schweinefilet klein schneiden und rundum in einem Mix aus Öl und Ras el Hanout wenden. Die Chili, den Knoblauch und die Zwiebel klein schneiden.

Das Fleisch in eine heiße Pfanne geben und scharf anbraten.



Die Hitze reduzieren und die Zwiebelwürfel, die Knoblauchscheiben und Chiliringe dazu geben. Kurz danach den Mais zufügen. Mit Zitronensaft beträufeln.



Sobald die Kritharaki gar sind durch ein feines Sieb abgießen und in die Pfanne geben. Die Petersilie fein hacken und untermengen.



Abschmecken und bei Bedarf mit Salz oder Zitronensaft nachwürzen. Die Kritharaki mit Schweinefilet in tiefen Tellern oder Schüsseln servieren.

Einfach und gut!

