

# PYRENÄENTOAST

Rezept von [www.daskochbuch.eu](http://www.daskochbuch.eu)



## Zutaten für 4 Portionen:

- 4 Scheiben Toastbrot
- etwas Butter
- 4 Schweinefiletsteaks
- 1 Zwiebel
- 2 Paprika rot
- 2 Paprika grün
- 100 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Sojasauce
- Paprikapulver
  
- 150 g Ricotta
- 2 EL frische Kräuter (gemischt, gehackt)
  
- Knoblauchpulver
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

## Zubereitung:

Paprika waschen, das Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls in Streifen schneiden.

Schweinefiletsteaks mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Schweinefiletsteaks darin auf jeder Seite goldbraun braten (ca. 3 Minuten pro Seite, je nach Dicke der Steaks). Aus der Pfanne nehmen und warmstellen.

Zwiebel und Paprika im Bratrückstand anrösten, mit Gemüsebrühe und Sojasauce aufgießen, mit Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver abschmecken und solange auf kleiner Flamme köcheln lassen bis die Paprika bissfest gegart sind.

Für den Dip Ricotta mit gehackten Kräutern verrühren, mit Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver würzen.

Toastbrotsscheiben im Toaster goldbraun toasten, mit Butter bestreichen, Filetsteaks auf den Toastbrotsscheiben anrichten, mit Paprikastreifen und Ricottadip garniert servieren.