

Gegrillte Schweinefilets

Zutaten (für 4 Personen):

- 8 Scheiben Schweinefilet
- 1 Bio-Zitrone
- 1 EL Chiliflocken
- 3 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Schweinefilets in eine Schale legen. Zitrone waschen, die Schale mit einem Ziselierer abziehen und die feinen Streifen leicht hacken. Zitronenschale mit Olivenöl, Salz und Chiliflocken zu den Schweinefilets geben und alles gut vermengen. Das Fleisch mindestens 30 Minuten marinieren. Anschließend grillen oder in einer Pfanne braten.

Das Fleisch schmeckt gut mit gegrillter Ananas oder als Beilage zu einem Eintopf.

Sendung/Quelle: Sass: So isst der Norden

Sendetermin: 11.06.2023

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen