


Lichters: Schweine-Steaks "Caprese" auf Basilikum-Bandnudeln

 happy-mahlzeit.com/tv-rezepte-archiv/lafer-lichter-lecker/lichters-schweine-steaks-caprese-auf-basilikum-bandnudeln/

Zutaten für 4 Personen:

Für die Steaks:

- 4 Schweine-Steaks aus dem Rücken à 180 g
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Olivenöl
- 2 Strauchtomaten
- 1 Büffelmozzarella

Für die Bandnudeln:

- 250 g frische Bandnudeln
- Salz
- 30 g Pinienkerne
- 1 Bund Basilikum
- 4-5 EL Olivenöl
- ½ Zitrone

Zubereitung:

Backofen auf 200°C Grillfunktion vorheizen.

Schweine-Steaks mit Salz und Pfeffer würzen und in erhitztem Olivenöl in einer Pfanne von beiden Seiten kurz scharf anbraten. Anschließend auf ein Backofenblech legen.

Tomaten abbrausen, Strunk entfernen und die Tomaten in Scheiben schneiden. Mozzarella ebenfalls in Scheiben schneiden. Tomaten- und Mozzarellascheiben abwechselnd und leicht überlappend auf das angebratene Fleisch legen. Mit Salz und Pfeffer bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 200°C Grillfunktion etwa 5 Minuten überbacken, bis der Käse leicht geschmolzen ist.

Reichlich Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, leicht salzen und die Bandnudeln darin al dente garen und danach abgießen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Basilikum abbrausen und die Blätter von den Stielen zupfen. Basilikumblätter mit dem restlichen Olivenöl in einen Mörser geben und zu einer Paste zerstampfen. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft würzen.

Basilikumöl über die Bandnudeln geben und diese darin schwenken.

Zum Anrichten die Bandnudeln auf eine Fleischgabel drehen und auf Teller legen. Jeweils ein überbackenes Schnitzel Caprese darauf legen und mit den gerösteten Pinienkernen bestreuen.

Rezept: Horst Lichter

Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! 24.5.2014

Prominenter Gast: Kai Pflaume