



Paniertes Schweinshalssteak mit frischer Tomatensauce und Mafaldine

Steaks vom gut durchzogenen Schweinshals werden auch paniert bestimmt nicht trocken. Umhüllt von einer knusprigen Panade kommt das saftige Fleisch sogar besonders gut zur Geltung. Angerichtet mit einer frischen Tomatensauce wird es zu einem unkomplizierten aber exzellenten Leckerbissen. Für die Sauce werden frische, kleingeschnittene Tomaten mit etwas Schalotte und Knoblauch nur kurz gedünstet und mit Zitronensaft aromatisiert. Sie sollte reichlich bemessen sein, um auch als Pastasauce für die dazu gereichten Mafaldine zu genügen.

Mafaldine sind sind Nudeln mit einem stark gekräuselten Rand, die mit ihrer Form auch grobstrukturierte Saucen gut aufnehmen. Ihr Ursprung liegt in Neapel. Früher wurden sie als "Fettucelle Ricce" bezeichnet. Anschliessend wurden sie zu Ehren der Prinzessin Malfada di Savoia in Malfadine umbenannt. Weitere gebräuchliche Namen sind Reginette oder Ricciardelle.

Zutaten (1 Portion)

- 1 Schweinshalssteak ca. 180g
- 1 Ei
- Mehl und Paniermehl
- Salz und Pfeffer
- Bratbutter

Sauce:

- 8-9 Datteltomaten
- 1 Schalotte
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1El Zitronensaft
- Salz und Pfeffer
- Oliveöl

80g Mafaldine
Petersilie zur Dekoration

Vorbereiten

Datteltomaten vierteln, und die Kerne so ungefähr entfernen. Die Tomaten in kleine Würfel schneiden (ca. 5mm). Schalotte und Knoblauch hacken.

Schweinshalssteak mit Salz und Pfeffer würzen, danach mit Mehl einreiben und etwa 5 Minuten ruhen lassen. Ei in einen Teller aufschlagen und mit einer Gabel gut verquirlen. Einen weiteren Teller mit Paniermehl bestreuen. Steak zuerst im Ei und dann im Paniermehl wenden.

Reichlich Salzwasser für die Malfadine aufsetzen.

Zubereitung

Paniertes Schweinshalssteak in Bratbutter bei kleiner Temperatur braten. Es sollte nur so leicht brutzeln. Nach ca. 7 Minuten, wenn der Fleischsaft auf der Oberseite des Steaks austritt, Steak wenden. Weitere 7 Minuten bräteln.

Sobald das Steak in der Pfanne liegt, Olivenöl in einer weiteren Pfanne mässig erhitzen. Tomate, Zwiebel und Knoblauch zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und Zitronensaft zugeben. Ganz leicht köcheln lassen, bis das Steak fertig gebraten ist.

Derzeit Malfadine gar kochen.

Malfadine und Schweinshalssteak anrichten, Tomatensauce dazugeben und mit gehackter Petersilie garnieren.





