

Gegrillte Schweinefilets, mariniert

ProPoints® Wert 7
6 Portionen
Zubereitung 35 Min.

Marinierzeit ca. 3 Stunden

Zart, saftig und angenehm
scharf



Zutaten

1 Orange, ungespritzt
2 rote Chilischoten
1/2 Limette
1 EL Öl
2 EL Tomatenmark
2 küchenfertige Schweinefilets (à 600 g)

Zubereitung

Für die Marinade Orange waschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Orange auspressen.

Chilischoten längs halbieren, entkernen, waschen und fein hacken. Limette auspressen.

Vorbereitete Zutaten mit 1 EL Öl, Limettensaft und Tomatenmark verrühren, anschließend in einen gut verschließbaren Gefrierbeutel geben.

Schweinefilets trockentupfen und in die Marinade legen, Beutel verschließen und die Filets gründlich in der Marinade wenden, also gut durchschütteln. Mindestens 3 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Schweinefilets aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen. Auf dem Grill rundherum ca. 15 Minuten unter Wenden grillen.

Fleisch vor dem Anschneiden 5 Minuten in Alufolie gewickelt ruhen lassen.