

### Zigeuner- plätzli

Vorbereiten und zubereiten: ca. 20 Min.

**4 Schweinsplätzli**  
(z. B. Eckstück, Nuss,  
je ca. 100 g)

**1 Zwiebel**

**1 Essiggurke**

**1 rote Peperoni**

**100 g Champignons**

**Öl zum Braten**

**½ Teelöffel Salz**

**wenig Pfeffer** aus der Mühle

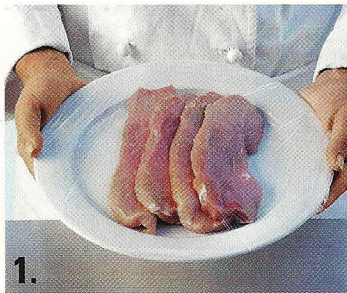
**1 Esslöffel Tomatenpüree**

**1½ dl Fleischbouillon**

**Salz, Pfeffer**, nach Bedarf

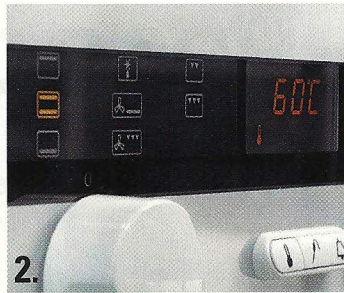
**Pro Person:** 7 g Fett, 24 g Eiweiss,

14 g Kohlenhydrate, 721 kJ (172 kcal)



1.

Plätzli ca. 30 Min. vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen.



2.

Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.



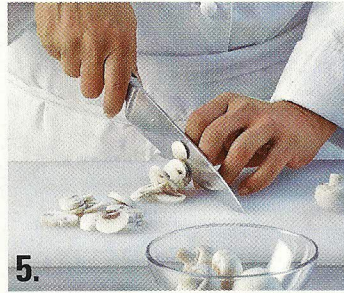
3.

Zwiebel fein hacken.



4.

Peperoni schälen, entkernen, mit den Gurken in Streifen schneiden.



5.

Champignons in Scheiben schneiden.



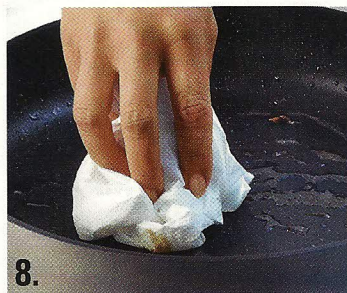
6.

Öl heiss werden lassen.



7.

Plätzli beidseitig je ca. 2 Min. braten, würzen, warm stellen.



8.

Bratfett auftupfen.



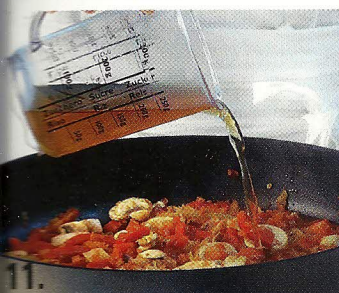
9.

Zwiebel und Tomatenpüree andämpfen.



10.

Gemüse und Pilze kurz mitdämpfen.



11.

Bouillon dazugießen, aufkochen, Hitze reduzieren, ca. 10 Min. köcheln, würzen.

