



Galloway Saftplätzli „Zigeuner Art“

Zutaten:

- 4 Stk. Specktranchen, in Streifen geschnitten
- 350-400 g Galloway-Rindsplätzli zum Schmoren
(kann mit Pfeffer, Salz + Paprika gewürzt werden)
- 400 g Saisongemüse (welches gut Saft zieht), klein geschnitten
z.B. Lauch, Rübli, Tomaten, Peperoni, Zuccheti, Kohl, Kabis, etc. . .
- 150 g Frische Champignons, in Scheiben geschnitten
- 1-2 Stk. Zwiebeln, gehackt
- 1-2 Stk. Knoblauchzehe, gehackt
- Peterli, Thymian + Rosmarin, fein gehackt

So wird's gemacht:

1. Specktranchen in Pfanne geben.
2. Gemüse lagenweise mit dem Galloway-Fleisch in die Pfanne geben + mit Deckel zudecken.
3. Auf grosser Stufe erwärmen, bis es zischt, dann
4. auf kleiner Stufe 1 - 1 ½ Std. dämpfen.

Tipp: Da das Galloway einen sehr guten + natürlichen Eigengeschmack hat, können Sie das Gewürz für das Fleisch weglassen – versuchen Sie es einfach!