



MEIN GENUSS



## Schweinelende in Orangen-Pfeffersauce



**It's a match!**

It's a match! Deine Orangenpfeffer-Soße zauberst du mit dem Orangenpfeffer!

Vorbereitung  
**15 min**

Niveau  
**Mittel**

Zubereitung  
**20 min**

### Zubereitung

- 1** Die Lende parieren, indem du das Fett und die Silberhaut entfernst, danach trockentupfen und mit Salz einreiben.
- 2** Bereite eine Marinade aus Olivenöl, Essig, Ingwer, Rosenpaprika und 1 TL Orangenpfeffer zu. Reibe die Schweinelende großzügig mit der Mischung ein und gib alles in einen verschließbaren Plastikbeutel. Lass die Lende in der Marinade über Nacht im Kühlschrank ruhen.
- 3** Am nächsten Tag: Die Schale einer unbehandelten Orange mit einer feinen Küchenreibe abreiben, den Saft auspressen. Zwischenzeitlich den Backofen auf 150 Grad vorheizen.
- 4** Die Lende mit einem Küchentuch von der Marinade befreien. Im Anschluss in einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und das Fleisch rundum anbraten.
- 5** Die Schweinelende aus der Pfanne nehmen und rundum in Alufolie wickeln. In einen Bräter in den vorgeheizten Backofen schieben. Etwa 15 Minuten lang im Ofen garen lassen.
- 6** Den Orangenabrieb mit dem Bratensatz mischen, die gewürfelten Schalotten und den grünen Pfeffer mit Saft hinzufügen, dann etwas einkochen lassen. Nun den Wildfond hinzugeben und bis zur Hälfte reduzieren lassen. Mit Orangensaft, Salz, Pfeffer und Orangenpfeffer abschmecken.
- 7** Speisestärke in etwas kaltes Wasser einrühren, mit einem Würfel kalter Butter in die Sauce einarbeiten, um sie bis zur gewünschten sämigen Konsistenz zu binden. Nun den Cognac hinzufügen und flambieren.
- 8** Vor dem Servieren die Lende in Scheiben schneiden und mit der Sauce und den Beilagen dekorativ anrichten.

### Zutaten

800 g Schweinelende  
2 TL Orangenpfeffer  
2 Schalotten  
400 ml Wildfond  
2 EL Speisestärke  
1 unbehandelte Orange  
1 EL kalte Butter  
Butterschmalz zum Braten  
1 EL Cognac  
50 g grüner Pfeffer  
Je 5 EL Olivenöl und Essig  
1 TL Ingwer  
1 TL Rosenpaprika  
Salz  
Pfeffer

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt\* auf deine nächste Bestellung.

\*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 16.08.2026.



MEIN GENUSS

