

# Schweinefiletspieße mit Spargel

Die Schweinefiletspieße mit Spargel kann man in der Bratpfanne braten oder auf dem Grill zubereiten. Das einfache Rezept mit der Sauce Hollandaise, wird alle begeistern.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 15 min

**Koch/Backzeit:** 10 min

**Gesamtzeit:** 25 min



## Zutaten

400 g	Schweinefilet
1 Stk.	Grüner Paprika
1 Stk.	Paprika rot
1 Stk.	<a href="#">Zwiebel</a>
2 EL	Olivenöl
	<a href="#">Salz</a>
	<a href="#">Pfeffer</a> (aus der Mühle)

## Zubereitung

1. Für die **Schweinefiletspieße mit Spargel** zuerst das Filet vorbereiten und in zirka 3cm breite Scheiben schneiden. Die Paprika putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und in Spalten schneiden.
2. Das Fleisch, Paprika und Zwiebeln abwechselnd auf die Spieße stecken. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.
3. Als Nächstes den Spargel mit Sauce Hollandaise zubereiten. Wie das geht, siehst du [hier](#).
4. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Spieße von beiden Seiten kurz einige Minuten braten. Die Spieße zusammen mit dem Spargel auf Teller anrichten und die Sauce Hollandaise darüber gießen.

## Tipp

Zusätzlich zu den Schweinefiletspießen mit Spargel noch Salzkartoffel reichen. Die Spieße gelingen

auch, wenn man sie auf dem Griller zubereitet.