



*Diätmann*

## Rezept der Woche

### Schweinefilet-Auflauf mit Äpfeln

500 g	Schweinefilet
	Salz
	Pfeffer
1 Eßl.	Schmalz
3	große Äpfel (am besten Boskop)
2 Becher	Crème fraîche
2 Eßl.	Curry Ketchup
100 g	Gouda, gerieben

Fleisch klein schneiden, würzen, anbraten und eine Auflaufform geben.  
Äpfel schälen, in Stücke schneiden und auf dem Fleisch verteilen.  
Crème fraîche und Ketchup verrühren und darüber gießen.  
Mit geriebenen Käse bestreuen

