

# Kassler Hawaii vom Blech

## Zutaten | 6-8 Portionen

6-8 Scheiben	Kassler, Lachsbraten oder Nacken
200 g	Zwiebeln
200 g	frische Champignons
200 g	Schlagsahne
250 g	saure Sahne
½ Bund	Petersilie
	Salz, Pfeffer
1 Dose	Ananas
100 g	geriebener Käse

Zubereitungszeit: 15 Min.

## Zubereitung:

- Das Fleisch in die Fettpfanne des Backofens legen.
- Zwiebeln schälen, Champignons putzen. Beides in Scheiben schneiden und auf dem Kassler verteilen.
- Schlagsahne und saure Sahne miteinander verrühren, gehackte Petersilie unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Diese Soße über das Fleisch gießen.
- Das Ganze 4 bis 5 Stunden durchziehen lassen.
- Backofen auf 150°C Umluft vorheizen.
- Das Fleisch 30 bis 35 Minuten garen.
- Anschließend Ananas und geriebenen Käse darüber geben und weitere 15 Minuten garen.
- Fertig ist das Rezept Kassler Hawaii vom Blech.

## Tipp:

Zu dem Rezept können z. B. Ofenkartoffeln, ein Salat und oder Baguette gereicht werden.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf 100 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
125 kcal	7,27 g	6,28 g	8,89 g	80,7 mg