

Glasiertes Schweine-Filet auf cremiger Rosmarin-Polenta

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|----------------------------|------------------------------|
| 350 g Schweinefilet | 150 g Instant-Polenta | 2 Schalotten |
| 20 g Dörripflaumen | 30 g getrocknete Aprikosen | 20 g getrocknete Cranberries |
| 2 EL Pinienkerne | 1 Knoblauchknolle | 1 Chilischote |
| 2 EL flüssiger Honig | 3 TL Feigen-Senf | 40 ml Balsamico-Essig |
| 4 EL Balsamico-Crème | 40 g Butter | 2 EL Butterschmalz |
| 20 g Parmesan | 1 EL Mascarpone | 3 EL Schlagsahne |
| 200 ml Milch | 3 EL dunklen Rum | 250 ml Gemüsefond |
| 2 Thymianzweige | 2 Rosmarinzweige | 2 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer, schwarz | |

Den Backofen auf 120 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Das Dörrobst klein schneiden und in einer Schüssel mit dem Rum marinieren. Die Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne anrösten. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, entkernen und fein hacken. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, der Länge nach einschneiden und zwischen zwei Aluminiumfolien plattieren. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Dörrobst und den Pinienkernen füllen und mit einigen Nadeln feststecken. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und darin das Filet von allen Seiten anbraten und mit etwa zwei Esslöffeln Rum ablöschen. Die Schalotte ungeschält halbieren. Die Knoblauchknolle ebenfalls halbieren und gemeinsam mit den Schalottenhälften und den Thymianzweigen zum Filet geben. Anschließend den Honig mit dem Balsamico-Essig, dem Chili und dem Feigen-Senf verrühren, damit das Filet bestreichen und im Backofen etwa 15 Minuten garen. Das Filet immer wieder mit der Honigmischung übergießen. Von einem Rosmarinzweig die Nadeln zupfen und klein hacken. Den Parmesan reiben. Eine Knoblauchzehe abziehen, andrücken und zusammen mit dem Fond und der Milch aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Knoblauchzehe wieder entfernen. Die Instant-Polenta einrühren und bei kleiner Hitze quellen lassen. Den gehackten Rosmarin zugeben und die Polenta mit drei Esslöffeln Butter, dem Parmesan, der Schlagsahne und der Mascarpone verfeinern. Das Schweinefilet aus dem Backofen nehmen und in Scheiben schneiden. Das Fleisch mit der Rosmarinpolenta und der Soße auf Tellern anrichten und mit dem letzten Rosmarinzweig und der Balsamico-Crème garnieren.

Ilse Digby am 07. Oktober 2010