

Schweine-Filet mit Spätzle und fruchtiger Curry-Soße

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------|-----------------------------|--------------------|
| 500 g Schweinefilet | 1 Apfel (Braeburn) | 1 Banane |
| 2 unbehandelte Orangen | 10 kleine weiße Champignons | 3 Eier |
| 1 EL Tomatenmark | 2 EL Tomatenketchup | 250 ml Schlagsahne |
| 2 EL Butter | 250 g Mehl | 1 TL Currypulver |
| 2 EL Zucker | 1 Prise Safran | Cayennepfeffer |
| Pflanzenöl | Salz | schwarzer Pfeffer |

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Filet darin von allen Seiten anbraten und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Anschließend das Fleisch im Backofen für 15 Minuten garen lassen. Den Apfel und die Banane halbieren und je eine Hälfte beiseitelegen. Eine Orange halbieren und auspressen. Den Apfel, eine Orange und die Banane schälen und in Stücke schneiden. Den Zucker in die Pfanne geben, dazu die Früchte mit dem Orangensaft. Die Sahne mit dem Currypulver, dem Tomatenmark und dem Tomatenketchup verrühren, und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Zuletzt die Champignons abbürsten, vierteln und dazugeben. Alles mit Butterflöckchen abschmecken. Für die Spätzle das Mehl, die Eier, 125 Milliliter Wasser, eine Prise Safran und einen halben Teelöffel Salz zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Den Teig durch eine Spätzlepresse in das Wasser drücken. Nach fünf Minuten die Spätzle herausnehmen und kurz unter kaltem Wasser abspülen. Vor dem servieren die Spätzle kurz in einer gebutterten Pfanne schwenken und wieder erwärmen. Das Schweinefilet aufschneiden und mit den Spätzle und der fruchtigen Currysauce auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Rombach am 15. August 2011