

Filet-Topf mit Kroketten und Karotten-Salat

Für 2 Personen

1 Schweinelende, à 300 g	200 g mehligk. Kartoffeln, groß	4 weiße Champignons, klein
5 Karotten	1 Apfel	3 Eier
50 g geriebener Emmentaler	2 EL Mehl	Mehl
1 altes Brötchen vom Vortag	100 ml Sahne	100 g Crème-fraîche
1 EL Tomatenmark	1 TL mittelscharfer Senf	2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Kräuteressig	Butterschmalz	Zitronensaft
1/2 Bund Schnittlauch	Paprikapulver	Muskatnuss
Zucker	schwarzer Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und die Kartoffeln darin gar kochen. Im Anschluss die Schweinelende waschen und trocken tupfen, dann in Scheiben schneiden. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und kurz in der Pfanne mit etwas Butterschmalz anbraten. Anschließend in die gefettete Auflaufform geben. Die Champignons putzen, klein schneiden und in der Auflaufform schichten. Eine Karotte schälen, von den Enden befreien und die Hälfte klein schneiden. Das Tomatenmark, die Sahne, die Crème fraîche und die Karotte dazugeben. Alles mit dem Emmentaler bestreuen und anschließend für 15 bis 20 Minuten in den Backofen geben. Für die selbstgemachten Kroketten die Kartoffeln klein schneiden und durch die Kartoffelpresse drücken. Danach zwei Eier aufschlagen und trennen. Eineinhalb Eigelb mit dem Kartoffelstampf vermengen und noch eineinhalb Esslöffel Mehl hinzufügen. Mit Salz und einer Prise geriebener Muskatnuss abschmecken. Das Ganze zu einer etwa zwei Zentimeter dicken Rolle formen und in etwa vier Zentimeter lange Stücke schneiden. Das Brötchen reiben und auf einen Teller geben. Das restliche Ei aufschlagen und verquirlen. Anschließend die Kroketten zuerst im Mehl, dann im Ei und anschließend in den Brotkrumen wenden. Die Kroketten in heißem Butterschmalz schwimmend goldbraun frittieren. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Für den Karottensalat die restlichen Karotten und den Apfel schälen. Die Äpfel halbieren und vom Kerngehäuse trennen. Anschließend die Karotten und die Äpfel fein raspeln. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und einen halben Bund Schnittlauch, das Sonnenblumenöl, den Kräuteressig, den Senf und etwas Zitronensaft hinzufügen und den Salat gut vermengen. Den Lendentopf mit den selbstgemachten Kroketten und dem Karottensalat auf Tellern anrichten und servieren.

Elke Schäfer am 31. Januar 2012