

Schweine-Filet, Zitronen-Soße, Kartoffel-Püree, Zucchini

Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	100 g Bacon	4 eingelegte Anchovis
3 mehligk. Kartoffeln	3 Zitronen	2 Zucchini
1/2 Bund Oregano	1/2 Bund Schnittlauch	1 Muskatnuss
50g Mehl	200 ml Rinderfond	200 ml Sahne
2 Eier	150 g Butter	50 ml Olivenöl
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen. Wasser mit etwas Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Die Kartoffeln gründlich abbürsten und in dem kochenden Salzwasser garen lassen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und alle zwei Zentimeter einschneiden. Die Anchovis und den Oregano waschen, trocken tupfen und klein hacken. Die Anchovis und den Oregano mit etwas Olivenöl vermengen und das Schweinefilet mit der Masse bepinseln. Eine Zitrone waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Den Bacon ebenfalls in Scheiben schneiden. In die eingeschnittenen Öffnungen je eine Scheibe Zitrone und eine Scheibe Bacon einlegen. Anschließend das Schweinefilet mit Alufolie abdecken und im vorgeheizten Backofen etwa zwanzig Minuten garen lassen. Dabei aufpassen, dass das Fleisch nicht zu trocken wird. Nach der Hälfte der Zeit die Folie entfernen. Butter in einer Pfanne zerlassen, das Mehl hinzugeben und gut verrühren. Den Fond und etwa 100 Milliliter Sahne hinzugeben und aufkochen lassen. Währenddessen die übrigen Zitronen halbieren und den Saft auspressen. Die Eier aufschlagen, mit dem Zitronensaft vermengen und cremig schlagen. Die Masse unter die heiße Soße rühren und nicht zu sehr andicken lassen. Die Zucchini in Scheiben schneiden, in einer Pfanne ohne Fett grillen und anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln abgießen, schälen und in Scheiben schneiden. Die restliche Sahne hinzugeben, pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Außerdem etwas Muskatnuss zum Abschmecken hineinreiben und den Schnittlauch hinzufügen. Das Schweinefilet mit der Zitronensoße, dem Kartoffelpüree und den gegrillten Zucchini auf einem Teller anrichten und servieren.

Willem Catianis am 08. März 2012