

Mediterranes Schweine-Filet mit Feldsalat und Baguette

Für zwei Personen

500 g Schweinefilet	1 Baguette	100 g Feldsalat
10 Kirschtomaten	4 Lauchzwiebeln	2 Knoblauchzehen
2 Zweige Oregano	3 Zweige Rosmarin	250 g Schafskäse
80 g Parmesankäse	250 ml Sahne	100 ml Gemüsefond
1 EL Weißweinessig	1 EL dunkler Balsamicoessig	50 ml Olivenöl
Öl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. 180 Gramm Schafskäse in Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Den Rosmarin sowie den Oregano waschen und trocken schütteln. Anschließend die Blätter abzupfen und grob hacken. Nun das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und aufschneiden. Mit dem Schafskäse füllen. Dann fünf Tomaten sowie etwas Oregano und Rosmarin dazugeben. Das Fleisch salzen und pfeffern und mit den Rouladennadeln verschließen. Eine Knoblauchzehe abziehen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und den Knoblauch sowie etwas Rosmarin hineingeben. Das Schweinefilet in der Pfanne leicht anbraten, herausnehmen und im Ofen ziehen lassen. Die Lauchzwiebel putzen, waschen und die Wurzelansätze entfernen. Dann in feine Ringe schneiden und im Bratensud des Schweinefilets anbraten. Mit der Sahne aufgießen. Anschließend den übrigen Schafskäse zerbröckeln und hinzufügen. Die Soße zum Kochen bringen und bei mittlerer Hitze etwa vier Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer sowie Rosmarin und Oregano abschmecken. Das Ganze pürieren. Abschließend die übrigen Tomaten hinzufügen. Eine weitere Knoblauchzehe abziehen und pressen. Von dem Baguette etwa vier Scheiben abschneiden. Die Baguettescheiben mit etwas Olivenöl sowie dem Knoblauch einreiben und etwa drei Minuten mit dem Fleisch im Ofen knusprig backen lassen. Den Feldsalat waschen und putzen. Den Parmesan reiben. Aus 50 Millilitern Olivenöl, dem Weißweinessig sowie dem dunklen Balsamicoessig eine Vinaigrette herstellen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eventuell mit dem Gemüsefond abrunden. Den Salat mit der Vinaigrette beträufeln und mit etwas Parmesan bestreuen. Das Fleisch und die Baguettescheiben aus dem Ofen nehmen. Das gefüllte Schweinefilet mit dem Feldsalat und den Baguettescheiben auf Tellern anrichten und servieren.

Fränze Ludwig am 25. Juni 2012