

Thai-Gemüse mit Schweine-Filet und Klebreis

Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	150 g Duftreis	1 Karotte
1 rote Paprikaschote	200 g grüne Bohnen	200 g Mungobohnen
1 Gemüsezwiebel	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Stk. Ingwer	50 g Erdnüsse	1 Bund Thai-Basilikum
2 EL Curry-Paste	1 EL Speisestärke	3 EL helle Sojasauce
1 TL Fischsauce	1 TL Reissessig	200 ml Kalbsfond
300 ml Fleischfond	200 ml Kokosmilch	Zucker, Erdnussöl
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und mit der Currypaste bestreichen. Das Fleisch in nicht zu heißem Erdnussöl rundherum in einer Pfanne anbraten und in den vorgeheizten Ofen für etwa 20 Minuten auf das Rost legen. Den Bratensatz mit dem Kalbsfond ablöschen und zur Seite stellen. Die Schalotte abziehen, in kleine Würfel schneiden und in wenig Erdnussöl in einem Topf glasig dünsten. Den Reis dazugeben, kurz mit dünsten und mit dem Fleischfond aufgießen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Circa zehn Minuten köcheln lassen und anschließend auf ausgeschalteter Herdplatte und mit geschlossenem Deckel quellen lassen. Das Gemüse waschen, putzen, schälen und in mundgerechte Stücke teilen. Nacheinander das Gemüse anbraten und warmstellen. Die Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. Anschließend die Currypaste, den klein gehackten Knoblauch und den Ingwer kurz anrösten. Mit dem zubereiteten Kalbsfond und der Kokosmilch ablöschen. Die Sauce reduzieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und gegebenenfalls mit vorab angerührter Stärke binden. Das Thai-Basilikum waschen und zupfen. Die Erdnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Das Fleisch mit dem Reis und dem Gemüse auf einem Teller anrichten. Die Sauce dazugeben, mit dem Basilikum garnieren und mit den Erdnüssen bestreuen.

Rita Bräutigam am 22. Mai 2013