

Schweine-Filet mit Kartoffel-Rösti, Brokkoli, Senf-Soße

Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	3 große Kartoffeln	3 kleine Brokkoli-Röschen
1 Kopfsalat	50 g kalte Butter	400 ml Sahne
200 ml Weißwein, trocken	400 ml Kalbsfond	20 ml Weinessig
20 ml Olivenöl	20 g Zucker	2 TL Senf
Sonnenblumenöl	Olivenöl, Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Pfanne mit etwas Sonnenblumenöl erhitzen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und bei mittlerer Hitze von allen Seiten in dem heißen Öl anbraten. Anschließend zum Weitergaren in den vorgeheizten Backofen geben. Den Bratensatz mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Das Ganze mit dem Kalbsfond aufgießen und ebenfalls etwas reduzieren lassen. Mit der Sahne aufgießen und zu einer sämigen Sauce einkochen lassen. Abschließend den Senf einrühren und mit etwas kalter Butter binden. Den Brokkoli waschen und in etwas Salzwasser bissfest garen. Anschließend in wenig Butter schwenken. Die Kartoffeln schälen und reiben. Die geriebenen Kartoffeln salzen, pfeffern und etwas Muskat dazugeben. Aus der Masse kleine Plätzchen formen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Rösti darin langsam knusprig braten. Am Ende nach Bedarf etwas Butter zugeben. Den Brokkoli abgießen. Etwas Butter in einer weiteren Pfanne schmelzen und den Brokkoli darin schwenken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und schräg in Scheiben schneiden. Den Salat gründlich waschen und zupfen. Eine Vinaigrette aus Olivenöl, Weinessig, Zucker und Salz herstellen. Das Dressing anschließend über den Salat geben und alles vermengen. Das Fleisch zusammen mit den Rösti und dem Brokkoli auf einem Teller anrichten. Den Salat daneben verteilen. Die Sauce über das Fleisch geben und servieren.

Yvonne Rust am 28. November 2013