

Schweine-Filet auf Süßkartoffel-Püree, Lebkuchen-Jus

Für zwei Personen

4 Schweinefilets à 80 g	200 g Süßkartoffeln	200 g Rosenkohl
100 g Lebkuchen, fein gemahlen	$\frac{1}{2}$ EL Butter	1 EL Semmelbrösel
1 EL Rapsöl	$\frac{1}{2}$ EL Honig	50 ml Rinderfond
500 ml trockener Rotwein	25 ml Schlagsahne	25 ml Milch
1 Prise Muskat	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Süßkartoffeln waschen, schälen, klein schneiden, in dem Salzwasser durchgaren und danach ausdampfen lassen. Die Schlagsahne erhitzen und mit der Milch zusammen in die Kartoffeln gießen. Das Ganze mit dem Kartoffelstampfer zu einer gleichmäßigen Masse stampfen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Schweinefilets waschen und trockentupfen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, darin die Schweinefilets anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend im Backofen etwa zwölf Minuten garen. Den Bratensatz mit Rotwein ablöschen und den Honig hinzufügen. Ist der Rotwein fast verkocht, mit dem Bratenfond auffüllen und den Lebkuchen mit hineingeben. Das Ganze ein wenig einköcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rosenkohl putzen und in Salzwasser blanchieren. Anschließend die Butter in einer Pfanne erhitzen und darin den Rosenkohl angehen lassen. Das Ganze mit Salz und Muskat würzen, die Semmelbrösel hinzufügen und weiter braten, bis diese etwas Farbe genommen haben. Die Schweinefilets mit dem Süßkartoffelpüree und dem Rosenkohl auf Tellern anrichten und mit dem Lebkuchenjus garnieren und servieren.

Anne Steines am 09. Dezember 2013