

# Schweinefilet mit Salbei-Soße, Risotto, grünem Spargel

**Für zwei Personen**

**Für das Schweinefilet:**

600 g Schweinefilet	10 Blätter frischer Salbei	75 g Käse (Fontina oder Gouda)
75 g Schinken, gekochter	1 EL Öl	250 ml Gemüsesfond
200 ml Sahne	Paprikapulver, rosenscharf	1 TL Stärke
Salz	schwarzer Pfeffer	

**Für das Risotto:**

300 g Risotto-Reis	500 g grüner Spargel	2 Schalotte
3 Stiele glatte Petersilie	150 g Parmesan	3 EL Butter
100 ml trockener Weißwein	1000 ml Kalbsfond	1 Prise Zucker
Salz	schwarzer Pfeffer	

Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, eine Tasche einschneiden, innen und außen kräftig pfeffern und mit einigen Salbeiblättern auslegen.

Den Käse und den Schinken in Würfel schneiden, mischen und das Fleisch damit füllen.

Das Filet mit Rouladennadeln zusammenstecken und im heißen Öl von allen Seiten anbraten. Mit dem Fond ablöschen. Bei geringer Hitze 20 Minuten schmoren. Das Filet herausnehmen, die Nadeln entfernen und unter Alufolie warm halten.

Die Sauce mit der Sahne verrühren und mit Pfeffer, Paprika, Salz und dem getrockneten Salbei abschmecken.

Den Spargel abspülen und das untere Ende abschneiden. Spargelstangen am unteren Drittel schälen und in drei Zentimeter lange Stücke schneiden.

Etwa einen halben Liter Salzwasser mit Zucker aufkochen. Die Spargelstücke darin acht bis zehn Minuten bei kleiner Hitze kochen. Auf einem Sieb abtropfen lassen.

Schalotten abziehen und würfeln. Die Hälfte der Butter erhitzen. Schalottenwürfel bei mittlerer Hitze darin glasig dünsten. Den Reis dazugeben und ebenfalls unter Rühren glasig dünsten. Den Wein dazugießen und so lange rühren, bis er verdampft ist.

Den Kalbsfond erhitzen. Einen guten Schuss heißen Kalbsfond zum Reis geben und bei kleiner Hitze etwa 20 Minuten im offenen Topf köcheln lassen. Gelegentlich umrühren und immer wieder etwas Fond nachgießen, so dass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Zum Schluss sollte das Risotto eine cremige Konsistenz haben.

Spargelstücke, restliche Butter, 40 Gramm geriebenen Parmesan und gehackte Petersilie vorsichtig unterrühren. Das Risotto mit Salz und Pfeffer würzen. Restlichen geraspelten Parmesan drüberstreuen.

Das Gefüllte Schweinefilet mit Salbeisauce und Risotto mit grünem Spargel auf Tellern anrichten.

Jens Rigterink am 02. März 2015