

Schweine-Filet im Speckmantel mit Oliven-Polenta

Für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

350 g Schweinefilet	100 g dünner Bauchspeck	Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für die Olivenpolenta:

100 g grobe Polenta	10 grüne Oliven	100 ml Milch
100 ml Gemüsfond	50 g Parmesan	Salz

Für die Tomaten-Portwein-Sauce:

6 getr. Öl-Tomaten	2 Zehen Knoblauch	150 ml Sahne
50 ml roter Portwein	kalte Butter	Zucker
Olivenöl		

Für die Garnitur:

1 Zweig Rosmarin

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet mit dem Bauchspeck ummanteln. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Schweinefilet rundum darin anbraten. Anschließend für zehn Minuten in den Ofen geben und danach bei ausgeschaltetem Ofen noch weitere zehn Minuten darin ruhen lassen. Die Pfanne mit dem Bratensatz aufbewahren.

Für die Olivenpolenta den Fond erhitzen und die Polenta einrühren. Die Milch dazugeben und unter ständigem Rühren die Polenta aufkochen lassen. Die Oliven in feine Scheiben schneiden und unterheben. Den Parmesan reiben und ebenfalls dazugeben. Bei Bedarf mit etwas Salz abschmecken.

Für die Sauce etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die getrockneten Tomaten kleinschneiden und kurz darin anbraten. Mit dem Portwein ablöschen. Den Knoblauch abziehen, zerdrücken und dazugeben. Die Sahne angießen und alles einkochen lassen. Zum Schluss mit ein wenig Bratensatz abschmecken und mit kalter Butter abbinden.

Das Schweinefilet mit Olivenpolenta und Tomaten-Portwein-Sauce auf Tellern anrichten, mit ein wenig Rosmarin garnieren und servieren.

Markus Thöni am 15. Juni 2015