

Schweine-Medaillons, Süßkartoffel-Püree, Apfel-Rahmkraut

Für zwei Personen

Für die Schweinemedaille:

300 g Schweinefilet	1 Zehe Knoblauch	80 ml Geflügelfond
30 g Butter	Salz	schwarzer Pfeffer

Für das Süßkartoffelpüree:

400 g Süßkartoffelpüree	4 EL Milch	3 EL Butter
1 Muskatnuss	1 Prise Zimt	1 Prise Chiliflocken
Salz		

Für das Apfelrahmkraut:

400 g Weißkohl	1 Zitrone	80 ml Geflügelfond
50 g Sahne	1 EL Apfelmus	1 Zweig Petersilie
1 EL kalte Butter	Chilusalz	

Für die Garnitur:

1 Zweig glatte Petersilie

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden, und darin bissfest garen.

Für das Püree zwei Esslöffel Butter in einem Topf bräunen. In einem weiteren Topf die Milch erhitzen. Die Kartoffeln abgießen, durch die Kartoffelpresse drücken und in die Milch geben. Die braune Butter zusammen mit der restlichen Butter untermengen und das Püree mit Salz, Pfeffer, Zimt, Abrieb der Muskatnuss und Chiliflocken abschmecken.

Für das Apfelrahmkraut den Weißkohl putzen, die Blätter und den Strunk entfernen. Den Rest in feine Streifen schneiden und zusammen mit dem Fond und der Sahne in einen Topf geben. Etwa zehn Minuten dünsten und immer wieder umrühren. Die Schale von der Zitrone abreiben und die Petersilie hacken. Beides mit in den Topf geben, ebenso wie das Apfelmus. Mit dem Chilusalz abschmecken.

Das Schweinefilet in vier Medaillons schneiden und leicht andrücken. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Medaillons darin von beiden Seiten anbraten. Den Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Zu dem Fleisch dazugeben und weitere vier Minuten braten.

Die Schweinemedaille mit Süßkartoffelpüree und Apfelrahmkraut auf Tellern anrichten und servieren.

Sabrina Lacek am 10. September 2015