

Schweine-Filet mit Kräuter-Kruste, Pastinaken-Püree

Für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

1 Schweinefilet à 400 g	1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone
250 g weiche Butter	125 g altb. Toast-Brot	1 Bund Estragon
1 Bund glatte Petersilie	1 Zweig Rosmarin	1 TL Senf

Für die Rotweinsauce:

1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	1 EL Butter
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	250 ml trockener Rotwein
250 ml Kalbsfond	1 Prise Zucker	

Für das Pastinakenpüree:

500 g Pastinaken	2 Zehen Knoblauch	1 Pfefferschote
1 Zitrone	100 g Butter	200 g Crème-fraîche
200 ml Gemüsfond	1 Bund Schnittlauch	Salz

Für den Rosenkohl:

450 g Rosenkohl	1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone
100 g Parmesan	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Backofen auf 200 Grad Grillfunktion vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Schweinefilet Toastbrot zerkleinern und mit Butter vermengen. Zitronenschale abreiben. Knoblauch abziehen, mit den Kräutern hacken und mit etwas Zitronenschale und Senf unter die Butter mischen. Masse zwischen zwei Frischhalte-Folien ausrollen und in den Tiefkühler geben. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Schweinefilet waschen, trocken tupfen, rundherum anbraten und bei mittlerer Hitze garen. Toastbrot-Masse auf das Fleisch geben und im Backofen bei 200 Grad gratinieren.

Für die Sauce Schalotte abziehen, würfeln und in Butter glasig dünsten. Rosmarin, Thymian, Zucker und Knoblauch im Ganzen dazugeben und mit schmoren. Mit Rotwein und Kalbsfond ablöschen und einkochen. Sauce passieren und mit Butter aufmontieren.

Für den Rosenkohl den Rosenkohl von den äußersten Schichten befreien und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren. Für 20 Minuten bei 200 Grad im Backofen garen. Parmesan und die Schale von der Zitrone reiben. Vor dem Servieren Parmesan und Zitronenschale über Rosenkohl geben und mit Salz würzen.

Für das Püree Pastinaken schälen, Knoblauch abziehen und mit Pfefferschote klein schneiden. Öl erhitzen. Pastinaken, Knoblauch und Pfefferschote darin anbraten. Mit Gemüsfond ablöschen und das Gemüse weich kochen, bis der Fond reduziert ist. Butter und Crème Fraîche hineingeben und pürieren. Zitronenschale abreiben und Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Beides in das Püree geben und mit Salz abschmecken.

Schweinefilet mit Rosenkohl, Pastinakenpüree und Rotweinsauce auf Tellern anrichten und servieren.

Niklas Zeiner am 23. September 2015