

Schweine-Filet im Salbei-Rosmarin-Mantel, Erdbeer-Salsa

Für zwei Personen

Für die Schweinefilets:

2 Schweinefilets, à 150 g	2 Zweige Rosmarin	1 Bund Salbei
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Erdbeersalsa:

250 g Erdbeeren	1 rote Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Limette
1 Bund Koriander	2 EL Puderzucker	Salz
Pfeffer		

Für den Rucolasalat:

1 Bund Rucola	Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Schweinefilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Salbei und Rosmarin vom Stängel entfernen, Blätter fein hacken und Filets in den Kräutern wenden. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und Filets von allen Seiten eine halbe Minute scharf anbraten. Anschließend das Fleisch für zwölf Minuten auf das Gitter in den vorgeheizten Ofen geben.

Für die Erdbeersalsa Erdbeeren waschen, trocken tupfen, vom Grün entfernen und der Länge nach in feine Scheiben schneiden. Korianderblätter abzupfen und fein hacken sowie den Saft der halben Limette auspressen. Rote Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. In einer Schüssel Erdbeeren, Zwiebelwürfel, Limettensaft und fein gehackten Koriander in einer Schüssel vermengen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Rucola waschen, trocken tupfen mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rucolasalat und die Erdbeer-Salsa als Bett auf Tellern anrichten, die Schweinefilets darauf anrichten und servieren.

Julia Bayer am 02. November 2015