

Schweine-Filet, Oliven-Kruste, Tzatziki, Kartoffel-Würfel

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

400 g Schweinefilet, am Stück	1 Toastbrot-scheibe	1 Knoblauchzehe
2 Zweige Rosmarin	2 Stiele Thymian	3 EL Kalamataoliven
2 EL Butter	1 Eigelb	1 EL mittelscharfer Senf
1 EL Honig	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Kartoffelwürfel:

3 vorw. festk. Kartoffeln	2 Zweige Rosmarin	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Tzatziki:

2 Minigurken	250 g griech. Joghurt (10%)	2 Knoblauchzehen
2 TL heller Balsamicoessig	1 Zweig Dill	1 Msp. Puderzucker
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Fleisch:

Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Toastbrot klein würfeln. Knoblauch, Rosmarinnadeln und Thymianblättchen fein hacken. Oliven fein hacken. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Toastbrot darin rundherum goldbraun rösten, rausnehmen und in eine Schüssel geben. Mit Knoblauch, Rosmarin Oliven, Salz, Pfeffer und Eigelb mischen.

Fleisch waschen, trocken tupfen. Vier Schweinefilets à ca. 2 cm Dicke vom Stück schneiden. 1 EL Butter und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Schweinefilet mit Salz und Pfeffer würzen, rundherum kurz anbraten. In eine Auflaufform geben (20 x 10 cm). Schweinefilet mit Senf bestreichen, mit der Oliven-Kräutermischung umhüllen und diese dabei rundum kräftig andrücken. Im heißen Ofen bei 180 Grad auf der mittleren Schiene ca. 15 Minuten garen. Herausnehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Für die Kartoffelwürfel:

Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Mit einem Küchentuch trocken tupfen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, Nadeln abzupfen und sehr fein hacken. Rohe Kartoffelwürfelchen mit Rosmarinnadeln in einer beschichteten Pfanne in reichlich Olivenöl bei mittlerer Hitze unter Wenden goldbraun anbraten und bei geringer Hitze ca. 15 Minuten langsam weich garen. Zuletzt mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Tzatziki:

Gurken waschen, schälen, halbieren und hauchfein würfeln. Knoblauch abziehen, fein hacken, mit dem Joghurt, dem Essig verrühren. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Gurkenwürfelchen und Dill untermengen. Zum Schluss mit etwas Olivenöl, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Schweinefilet mit Olivenkruste, Tzatziki und Rosmarin-Kartoffelwürfel auf Tellern anrichten und servieren.

Claudia Maulwurf am 12. März 2018