

# Schweine-Filet mit Lauch-Gemüse und Speck-Bröseln

Für zwei Personen

## Für das Fleisch:

|                           |                           |                  |
|---------------------------|---------------------------|------------------|
| 1 Ibéricofilet, ca. 400 g | 3 Zweige frischer Majoran | 1 EL Puderzucker |
| 1 EL Butter               | Olivenöl                  | Salz, Pfeffer    |

## Für das Lauchgemüse:

|                     |              |                        |
|---------------------|--------------|------------------------|
| 1 große Lauchstange | 200 ml Sahne | 1 EL grobkörniger Senf |
| Muskatnuss          | 2 EL Butter  | Salz, Pfeffer          |

## Für die Speck-Bröseln:

|                       |                            |                                |
|-----------------------|----------------------------|--------------------------------|
| 2 Scheiben Weizenbrot | 4 Scheiben Frühstücksspeck | $\frac{1}{2}$ Zitrone (Abrieb) |
| 1 EL Butter           | 1 TL Kümmelsamen           | 1 TL Korianderkörner           |
| Muskatnuss            |                            |                                |

## Für die Garnitur:

|                    |             |                   |
|--------------------|-------------|-------------------|
| 5 Rispentomaten    | 1 EL Butter | 2 Zweige Rosmarin |
| rote Pfefferkörner |             |                   |

## Für das Fleisch:

Den Ofen auf 120 ° Celsius Umluft vorheizen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne mit Olivenöl bei starker Hitze ca. 2 Minuten kräftig anbraten, wenden und noch 1 weitere Minute ringsherum bräunen. Dann auf ein Ofengitter legen, den Kerntemperaturmesser anbringen und ca. 10 Minuten garen, bis eine Kerntemperatur von 54 ° Celsius erreicht ist.

Majoran waschen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Puderzucker in einer Pfanne hell karamellisieren. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, in den heißen Karamell setzen. Butter und Majoranblättchen zugeben und kurz durchschwenken. Das Fleisch in ca. 3 cm dicken Scheiben aufschneiden.

## Für das Lauchgemüse:

Den Lauch von der äußeren Schale befreien, putzen, der Länge nach halbieren und in ca. 1 cm große Scheiben schneiden. Die Butter in einem Topf aufschäumen lassen, Lauch hinzugeben, mit 2 Prisen Salz würzen. Den Lauch durchrühren und ca. 3 Minuten ohne Farbe anbraten. Mit 50 ml Wasser aufgießen und den Lauch bei schwacher Hitze weitere 3 Minuten garen. Mit Sahne aufgießen und sämig einkochen lassen. Senf einrühren und das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

## Für die Speck-Bröseln:

Das Brot in Würfel schneiden. Den Speck in kleine Würfel schneiden und 2-3 Minuten hell anbraten. In derselben Pfanne die Butter aufschäumen lassen, das Baguette hinzugeben und 2 Minuten goldbraun braten. Die Kümmelsamen und die Korianderkörner im Mörser fein zerreiben und die Brösel damit würzen. Mit Zitronenabrieb und Muskatnuss abschmecken und die Speckwürfel untermischen.

## Für die Garnitur:

Die Tomaten vorsichtig waschen und am Strunk lassen. Den Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Die Tomaten in der Pfanne kurz in der Butter anschwemmen. Das Gericht mit den Tomaten, dem Rosmarin und den Pfefferkörnern garnieren.

Das karamellierte Schweine- und Rinderfilet mit dem Lauchgemüse und den Speck-Bröseln auf Teller anrichten und servieren.

Peter Gröppel am 28. Mai 2018