

Schweine-Filet, Dukkah-Haube, Kartoffel-Chips, Chicorée

Für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

500 g Schweinefilet	1 Zitrone	2 Knoblauchzehen
2 EL Haselnusskerne	1 EL Cashewkerne	1 EL Pinienkerne
2 EL helle Sesamsaat	2 TL Kreuzkümmel	1 EL Koriandersaat
$\frac{1}{2}$ Bund Minze	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	2 TL Paprikapulver, edelsüß
1/2 TL Oregano, gerebelt	1 TL schwarze Sesamsaat	5 EL Olivenöl
1 EL schwarze Pfefferkörner	2 TL Meersalz	

Für die Süsskartoffelchips:

1 große Süsskartoffel 1 Prise Meersalz

Für den Chicorée:

2 Chicorée	1 Orange	2 EL Honig
20 g Butter	1 EL brauner Zucker	

Für das Schweinefilet mit Dukkah-Haube:

Fritteuse auf 180 Grad aufheizen. Den Backofen auf 200 C Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Schweinefilet kalt abbrausen, mit Küchenpapier trocken tupfen. Zitrone waschen, Zesten abreiben, halbieren und eine Hälfte auspressen. Minz- und Petersilienblätter abzupfen. Knoblauchzehen häuten. Sämtliche Nüsse, Kerne, Saaten, Kräuter und Gewürze in eine Küchenmaschine geben, Öl, Knoblauch, Zitronensaft und -abrieb dazu geben und zu einer Paste verarbeiten. Schweinefilet auf der Oberseite mit der Paste bedecken und für 20 Minuten im Ofen garen.

Für die Süsskartoffelchips:

Süßkartoffel ungeschält in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. In der Fritteuse ca. 10 min. kross frittieren. Herausnehmen, auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und mit Meersalz würzen.

Für den Chicorée:

Den Strunk vom Chicorée vorsichtig entfernen (darauf achten, dass der Chicorée nicht auseinander fällt).

Braunen Zucker und Honig in einer Pfanne karamellisieren lassen, Chicorée dazu geben und bei niedriger Hitze goldbraun anbraten. Orange waschen, halbieren. Von einer Hälfte feine Zesten abreiben und eine Hälfte auspressen. Den Chicorée mit Orangensaft ablöschen.

Orangenabrieb und Butter dazu geben. Alles kurz schwenken.

Schweinefilet tranchieren und auf Teller geben. Süßkartoffelchips mit dem Chicorée neben dem Schweinefilet anrichten.

Tatjana Büttner am 27. September 2018