

Schweinsmedaillon, Käferbohnen, Rahm-Soße, Polenta-Blini

Für zwei Personen

Für die Schweinemedallions:

400 g Schweinefilet Butter Salz, Pfeffer

Für die Käferbohnen:

200 g gekochte Käferbohnen 1 Zwiebel 2 EL Speckwürfel

200 ml Sahne 2 EL Apfelessig 1 EL Butter

Salz Pfeffer

Für die Polenta-Blini:

130 g Instant Polenta 120 g Mehl 250 ml Milch

3 Eier 1 Tütchen Trockenhefe Salz, Pflanzenöl

Für die Schweinemedallions:

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in Medallions schneiden.

Kurz in einer Pfanne mit Butter beidseitig scharf anbraten und im Ofen 12 Minuten gar ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Käferbohnen:

Käferbohnen in Apfelessig kurz marinieren. Zwiebel abziehen und würfeln. Zusammen mit den Speckwürfeln und etwas Butter glasig anschwitzen und mit Sahne aufgießen. Käferbohnen dazugeben, salzen, pfeffern und sämig einkochen lassen.

Für die Polenta-Blini:

Milch in einem Topf erwärmen. 2 Eier trennen und die Eigelbe verquirlen. 2 Eiweiße mit Salz steif schlagen. Lauwarme Milch, Hefe, Eigelbe und ein ganzes Ei mit Polenta in einer Rührschüssel verrühren, etwas gehen lassen. Mehl und Eiweiß unterheben. Aus der Masse kreisrunde Blinis (2 EL Teig = 1 Blini) in der Bratpfanne in heißem Pflanzenöl goldgelb ausbacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Eva Ulrich am 10. Oktober 2018