

Schweine-Filet, Pilz-Soße, Gurken-Salat, Knödel

Für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

1 pariertes Schweinefilet à 150 g 60 g Mehl Rapsöl, Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

100 g Speckwürfel 200 g weiße Champignons 1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe 300 ml Sahne 100 ml Gemüsesfond
Rapsöl Salz Pfeffer

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke 200 g Sauerrahm 2 Zweige Dill
Salz Pfeffer

Für die Serviettenknödel:

50 g Semmel 1 Zwiebel 200 ml Milch
2 Zweige Petersilie Muskatnuss Rapsöl, Salz, Pfeffer

Für das Schweinefilet:

Das Fleisch waschen, trockentupfen und in ca. 3 cm dicke Medaillons schneiden. Medaillons in Mehl wälzen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Öl braten.

Für die Sauce:

Pilze putzen und vierteln. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zwiebeln, Knoblauch und Speckwürfel in einer Pfanne mit Öl anschwitzen. Mit Sahne und Fond aufgießen und einköcheln lassen. Pilze hinzugeben und kurz mit garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Gurkensalat:

Gurke waschen, trockentupfen und halbieren. Kerne herauslösen und in dünne Scheiben schneiden. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Gurke mit Dill und Sauerrahm vermengen, alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Serviettenknödel:

Zwiebel abziehen, fein würfeln und kurz in einer Pfanne mit Öl anschwitzen, dann mit Milch ablöschen. Zwiebel-Milch-Mischung mit Muskatnuss würzen.

Semmel klein schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Semmel, Petersilie und Zwiebel-Milch-Mischung in eine Schüssel geben und alles gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Masse als Rolle auf Klarsichtfolie geben, dann alles in Alufolie einwickeln, fest verschließen und in kochendem Wasser garen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Martin Szalkowski am 23. September 2019