

# Schweine-Lendchen im Speckmantel. Spätzle und Möhren

**Für zwei Personen**

**Für die Spätzle:**

200 g Mehl	50 g Weichweizengrieß	2 Eier
1 EL Speisesalz	2 EL Butter	

**Für die Lendchen:**

325 g Schweinefilet	100 g Bacon	50 g Schinkenspeck
200 ml Sahne	50 ml Crème-fraîche	100 ml Fleischfond
100 ml trockenen Weißwein	3 EL eingel. grünen Pfeffer	1 EL Mehl
20 g kalte Butter	Rapsöl	Salz, Pfeffer

**Für die Möhren:**

250 g Möhren mit Grün	1 Vanilleschote	20 g Butter
1 TL Honig	1 Prise Salz	125 ml Gemüsefond
Pfeffer		

**Für die Spätzle:**

Mehl, 125 ml Wasser, Grieß, Eier und Salz miteinander vermengen, gut durchschlagen und Teig kurz ruhen lassen. Salzwasser zum Kochen bringen und Teig mit der Spätzlespresse oder mit dem Brett hinein schaben, kurz aufkochen lassen, abschöpfen und abtropfen lassen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Spätzle vor dem Servieren kurz darin schwenken.

**Für die Lendchen:**

Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Schweinefilet waschen und trockentupfen. Baconscheiben überlappt auslegen, das Filet darauf legen, einrollen und mit Küchengarn oder mit Rouladennadeln fixieren. Filet ca. 6 Minuten von allen Seiten in einer Pfanne in Rapsöl kross anbraten, anschließend im Backofen bis zur Kerntemperatur von 58°C ziehen lassen. Bratensatz aufheben.

Schinkenspeck würfeln und im Bratsud der Schweinefilet-Pfanne anbraten. Mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Sahne und Fond dazu geben und weiter einkochen. Salzen und pfeffern und eingelegten grüner Pfeffer unterrühren. Am Ende kalte Butter untermixen und ggfs. mit Mehl abbinden.

**Für die Möhren:**

Möhren so putzen und schälen, dass noch ein kleines Stück vom Grün stehen bleibt. Vanilleschote der Länge nach halbieren und Mark herauskratzen. Butter mit Honig, Salz und Vanille in einem Topf erhitzen.

Möhren darin unter Wenden anschwitzen. Fond dazugeben und bei geringer Hitze im offenen Topf kochen, bis die Flüssigkeit verdampft ist und die Möhren glänzen.

Für perfekt glasierte Möhren braucht es nicht nur Fett, sondern auch Wasser oder Fond. Wenn nämlich eine gleichmäßige Emulsion entsteht, bekommt man am Ende eine Möhre, die nicht nur durch das Fett glänzt.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Carina Mayer-Pendl am 16. März 2020