

Schweine-Filet im Bacon-Mantel mit Apfel-Senf-Soße

Für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

2 Schweinefilets 8 Scheiben Bacon 25 g Butter

Pfeffer Salz

Für den Kartoffelstampf:

500 g mehligk. Kartoffeln 250 ml Apfelsaft 50 g Senfkörner

100 g Butter Muskat Pfeffer, Salz

Für die Apfel-Senf-Sauce:

1 Apfel 3 EL süßer körniger Senf 250 g Crème fraîche

250 ml Rinderfond 3 Zweige Thymian Pfeffer, Salz

Für den Brokkoli:

250 g Brokkoli 50 g Mandelblättchen Salz

Für das Schweinefilet:

Den Backofen auf 150 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

Schweinefilet waschen und trockentupfen. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Jedes Filet mit 2 Baconscheiben umwickeln. In einer Pfanne mit Butter ca. 2 min. scharf anbraten und für circa 15 min. im Ofen garen.

Die Fleischpfanne mit dem Bratensatz für die Sauce bereitlegen.

Für den Kartoffelstampf:

Kartoffeln schälen und in Salzwasser ca. 20 min kochen.

Apfelsaft mit den Senfkörnern zum Kochen bringen und quellen lassen.

Gekochte Kartoffeln stampfen, Butter zugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Aus dem gekochten Apfelsaft die Senfkörner abgießen, den Apfelsaft auffangen und die Senfkörner unter den Kartoffelstampf rühren. Mit dem aufgefangenen Apfelsaft verfeinern.

Für die Apfel-Senf-Sauce:

Äpfel schälen, entkernen und klein schneiden. In der Fleischpfanne die Äpfel im Bratensatz kurz anbraten und mit Rinderfond ablöschen.

Thymian abbrausen und trockenwedeln. Senf, Crème fraîche und Thymianzweige dazugeben.

Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und Thymianzweige entfernen.

Für den Brokkoli:

Brokkoli putzen und in Röschen schneiden. In Salzwasser ca. 6 min.

kochen. Die Mandeln in einer Pfanne leicht anrösten und zum Schluss über den Brokkoli geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Anje Fiedler am 28. September 2021