

# Schweine-Filet-Pfanne mit Drillingen und Gurken-Salat

**Für zwei Personen**

**Für die Schweinefilet-Pfanne:**

300 g Schweinefilet	6 Scheiben Parmaschinken	10 kleine Rispen Tomaten
100 g Cheddar	3 Zweige Salbei	Chiliflocken
Olivenöl	Salz	bunter Pfeffer
Pfeffer		

**Für die pikanten Drillinge:**

300 g Drillinge	Sambal Oelek	Olivenöl, Salz
-----------------	--------------	----------------

**Für den Gurkensalat:**

1 Salatgurke	1 rote Zwiebel	1 Zitrone
Salz		

**Für die Schweinefilet-Pfanne:**

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Tomaten waschen, trockentupfen und halbieren. Eine Pfanne erhitzen und Tomaten mit Schnittfläche für 2 Minuten ohne Öl anbraten.

Schweinefilet waschen, trockentupfen und in fingerdicke Scheiben schneiden. Olivenöl zu den Tomaten geben, die Temperatur erhöhen und Fleisch in Pfanne geben. Mit Salz, Pfeffer und buntem Pfeffer würzen und für ca. 3 Minuten anbraten. Wenden und Tomaten mit einer Gabel zerdrücken. Ein paar Mal schwenken und dann vom Herd nehmen. Salbei abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken.

Parmaschinken klein schneiden und zusammen mit Salbei zum Fleisch geben. Verrühren. Cheddar darüber reiben. Alles miteinander vermengen und dann im Backofen warmhalten.

**Für die pikanten Drillinge:**

Drillinge waschen und in einem Topf mit kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten garen. Aus dem Salzwasser holen und kurz abkühlen lassen. In einer Gusseisenpfanne mit viel Olivenöl und Salz anbraten. Dabei immer wieder schwenken. Nach Belieben mit Sambal Oelek abschmecken.

**Für den Gurkensalat:**

Gurke schälen. Gurke mit der Reibe in dünne Scheiben hobeln. Zwiebel abziehen und würfeln. Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

Andere Hälfte für Garnitur in Scheiben schneiden. Alles in eine Schüssel geben und mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Die Zitronenscheiben auf Tellern drapieren. Fleisch und Drillinge auf Tellern anrichten und Gurkensalat in Schüsselchen geben.

Paulina Brylowski am 30. Mai 2022