

Schweine-Filet mit Kräuter-Haube, Karotten-Risotto

Für zwei Personen

Für das Risotto:

200 g Risotto-Reis, Carnaroli	4 mittelgroße Karotten	2 Schalotten
100 g Parmesan	80 g Butter	200 ml trockener Weißwein
1,1 L Gemüsefond	100 ml Karottensaft	50 g Pinienkerne
Salz	Pfeffer	

Für das Schweinefilet:

500 g Schweinefilet	60 g zimmerwarme Butter	1 Ei
4 Zweige Rosmarin	4 Zweige Thymian	4 Zweige glatte Petersilie
70 g Paniermehl	Öl	Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

2 Schalotten	50 g Butter	200 ml Sahne
100 ml Weißwein	100 ml Gemüsefond	1 Bund Schnittlauch
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Zweig glatte Petersilie

Für das Risotto:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Karotten schälen, in kleine Würfel schneiden und in gesalzenem Wasser für 15 Minuten bissfest kochen. Dann die Hälfte der gegarten Karotten zusammen mit 100 ml Gemüsefond und dem Karottensaft fein pürieren.

Die andere Hälfte beiseite warm stellen.

Schalotten abziehen, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf mit einem Esslöffel Butter glasig dünsten.

Risotto-Reis zu den Schalotten geben, kurz mit andünsten und dann alles mit dem Weißwein ablöschen und kurz köcheln lassen.

Nun nach und nach mit einer Schöpfkelle den restlichen, bereits in einem Topf erwärmten Gemüsefond zugeben und das Risotto unter Rühren ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis den Fond fast vollständig aufgenommen hat. Parmesan reiben.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl leicht anrösten, bis diese leicht Farbe genommen haben.

Karottencreme und die restlichen Karottenwürfel zum Risotto geben und unterheben. Dann die Butter und den geriebenen Parmesan in das Risotto geben und alles gut unterrühren. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Schweinefilet:

Kräuter abbrausen, trockenwedeln, etwas Rosmarin und Thymian zum Garnieren zurücklassen. Von den übrigen Kräutern Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Ei trennen und Eigelb auffangen. Die zimmerwarme Butter mit dem Paniermehl, den Kräutern, Salz, Pfeffer und einem Eigelb vermengen. Eine Rolle daraus formen und derweil kühl stellen.

Schweinefilet in Medaillons schneiden, mit Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Öl ringsum anbraten.

Die angebratenen Schweinemedailons in eine Auflaufform geben und die Kräuterhauben-Masse mit einem Messer in Scheiben schneiden und auf die Medaillons geben. Medaillons im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad für 10 Minuten garen, die letzten 5 Minuten die Medaillons bei 230 Grad Grillfunktion fertig backen.

Für die Sauce:

Schalotten abziehen, würfeln und in Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen. Sahne und Gemüsefond zugeben, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Alles für ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Mit einem Stabmixer pürieren. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, zur Sauce geben und mithilfe des Stabmixers noch einmal alles ganz fein pürieren. Sauce nun durch ein Sieb passieren, sodass diese ganz fein und ohne Stückchen ist. Sauce noch einmal kräftig schaumig aufmixen.

Für die Garnitur:

Petersilie als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit ein paar Blättern Petersilie garnieren und servieren.

Martin Schwendner am 01. Mai 2023