

Schweine-Filet im Brot-Mantel mit Möhren

Für 4 Personen

600 g Schweinefilet	4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
5 große Spitzkohlblätter	80 g Sahne	180 g Hähnchenbrust
1 EL Wermut	2 EL heller Portwein	Muskat
4 Scheiben helles Toastbrot	500 g Möhren	5 EL Butter
Zucker, Meersalz		

Schweinefilet abspülen und trockentupfen. In 2 EL heißem Olivenöl rundherum anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Filet einmal quer halbieren. Von den Spitzkohlblätter die Mittelrippe herausschneiden. Die Blätter in leicht gesalzenem Wasser etwa 30 Sekunden blanchieren. Herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Die Blätter abtropfen lassen, trockentupfen und mit einem Nudelholz etwas flach rollen. Für die Hähnchenfarce, einen Küchenmixer für ca. 20 Minuten ins Gefriergerät geben. Sahne steif schlagen. Hähnchenbrust abspülen, trockentupfen und in kleine Stücke schneiden. Hähnchenbrust mit Salz, Pfeffer, Wermut, Portwein und etwas Muskat mischen. Im Küchenmixer zu einer cremigen Masse pürieren. Geschlagene Sahne unter die Farce heben und erneut abschmecken. Eine Arbeitsplatte mit jeweils zwei Lagen Frischhaltefolie belegen. Darauf jeweils 2 Scheiben Toast legen und beide Lagen mit dem Nudelholz etwa 2 mm dünn ausrollen, Die dünn ausgerollten Toastbrote gleichmäßig mit jeweils der Hälfte der Geflügelfarce bestreichen. Mit den Spitzkohlblättern so abdecken, dass sie die Farce abdecken ohne zu überlappen. Die Kohlblätter jeweils mit der restlichen Farce bestreichen. Anschließend mit je einem Schweinefilet belegen. Alles, mit Hilfe der Folie fest aufrollen. Die unregelmäßigen Enden dabei abschneiden. Das Fiekt etwa 30 Minuten kalt stellen. Möhren putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Möhrenscheiben in leicht gesalzenem Wasser ca. 30 Sekunden blanchieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Anschließend den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Von den Filets, die Folie entfernen. 2 EL Olivenöl und 1 EL Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Die Filets darin von allen Seiten goldgelb anbraten. Filets im Backofen ca. 13 Minuten braten. Den Backofen auf 70 Grad herunterschalten. Filets darin weitere ca. 10 Minuten ruhen lassen. 2 EL Butter in einem Topf erhitzen. Möhren darin etwa 4-5 Minuten schmoren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzen. Die Filets mit einem Sägemesser etwa 4 cm dicke Scheiben schneiden. Schnittflächen mit der übrigen Butter dünn bestreichen und Fleur de Sel bestreuen. Filets mit den Möhren anrichten.

Karlheinz Hauser am 18. März 2013