

Gefüllter Schweine-Rücken mit mariniertem Kohlrabi

Für 4 Personen

Für die Schweinerückensteaks:

4 Stiele Basilikum	6 getrock. Öl-Tomaten	6 schwarze Oliven
100 g Weißbrot ohne Rinde	2 EL Rote Bete Pulver	120 g Feta
1 Prise Piment d'Espelette	4 Schweinerückensteaks á 150 g	1 Ei
2 EL Mehl	Salz	Pfeffer
4 EL Pflanzenöl	2 EL Butter	

Für den Kohlrabi:

2 Kohlrabi, mittlere Größe	1 EL Miso	1 EL Rapsöl
1 EL Sesamöl	2 EL Reissessig	Salz
weißen Pfeffer	1 Prise Zucker	

Zusätzlich:

1 EL Haselnüsse	1-2 Stiele Sauerklee
-----------------	----------------------

Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Die getrockneten Tomaten und die Oliven fein hacken. Tomaten, Oliven und Basilikum mischen.

Weißbrot in grobe Stücke zupfen und mit dem Rote Bete Pulver im Cutter fein mixen.

Den Fetakäse in Scheiben schneiden und diese mit etwas Piment d'Espelette würzen.

Jeweils eine Tasche in die Schweinerückensteaks schneiden und diese mit den Feta-Scheiben und der Tomaten-Oliven-Mischung füllen.

Vom Kohlrabi die Blätter entfernen, die feinen kleinen Blätter beiseite stellen.

Kohlrabi schälen und mit einem Spiralschneider zu Gemüse-Spaghetti schneiden. Alternativ den Kohlrabi mit einem scharfen Messer erst in feine Scheiben und diese dann in feine Streifen schneiden.

Die Kohlrabiblätter abbrausen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden.

Miso mit dem Rapsöl, Sesamöl und Essig zu einem Dressing verrühren.

Die Haselnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Sauerklee abbrausen und trocken schütteln.

Das Ei mit 2 EL Wasser verquirlen.

Die gefüllten Schweinerückensteaks mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend panieren. Dazu im Mehl wenden, abklopfen, durch das verquirlte Ei ziehen und in der Brösel-Mischung panieren.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Steaks darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldgelb braten. Vor dem Wenden der Steaks die Butter in die Pfanne geben und aufschäumen lassen.

Den Kohlrabispaghetti kurz vor dem Anrichten mit dem Dressing marinieren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, das Kohlrabigrün untermischen.

Jeweils einen gefüllten Schweinerücken mittig aufschneiden und auf den vorgewärmten Tellern anrichten. Den Kohlrabisalat wild darum herum verteilen und anschließend den Sauerklee und die Haselnüsse darauf anrichten.

Michael Kempf am 25. Juni 2019