

Schweine-Filet mit Kartoffel-Salat

Für 4 Portionen

Salat:

30 kleine Kartoffeln	150 ml Olivenöl	1 EL Rosmarin
Salz, Pfeffer, Zucker	3 Schalotten	50 ml Weißweinessig
2 Zitronen		

Fleisch:

4 Schweinefilets	100 ml Olivenöl	2 Zweige Rosmarin
Salz, Pfeffer		

Gemüse:

40 Cherrytomaten halbiert	2 Schalotten gewürfelt	2 Knoblauchzehen gewürfelt
3 EL Olivenöl	1 Stück Butter	10 g Tomatenmark
Salz, Pfeffer, Zucker	100 ml Sahne	Rosmarin, Kerbel, Estragon,
Schnittlauch, Petersilie	100 ml Weißwein	

Der Kartoffelsalat:

Die Kartoffeln in viel Salzwasser kochen und etwas abkühlen lassen. Falls gewünscht pellen und danach in Scheiben schneiden. Alle verbliebenen Zutaten dazugeben und gut durchmengen. Der Salat schmeckt am besten, nachdem er etwas durchziehen konnte. Nach dem Durchziehen noch einmal abschmecken.

Die Schweinefilets:

Das Schweinefilet von Fett und Sehnen befreien und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Olivenöl in eine Pfanne geben und erhitzen. Das Schweinefleisch gut von allen Seiten anbraten und den Rosmarin dazugeben. Das Fleisch in den vorgeheizten Backofen bei 140 Grad etwa 15 min garen lassen.

Das Gemüse:

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten anschwitzen. Danach den Knoblauch und die Tomaten in der gleichen Pfanne anrösten und etwas Butter dazugeben. Mit dem Wein ablöschen und mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Danach das Tomatenmark und die Sahne hinzu geben und etwas köcheln lassen. Die frischen Kräuter dazugeben und noch einmal abschmecken.

Frank Rosin am 23. September 2014