

# Geblättertes Schweine-Filet auf Peperoni-Grünkohl-Salat

## Für 2 Personen

250 g Schweinefilet	1 Spitzpaprika, rot	300 g Grünkohl
1 EL Rosinen	2 EL Granatapfelkerne	2 TL Kapern, kleine
0,5 TL Senf, scharfer	Chili, mild, gemahlen	1 Prise Zucker
4 EL Olivenöl	2 EL Pflanzenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 130°C Ober-/Unterhitze vorheizen, in die mittlere Einschubleiste ein Ofengitter schieben und darunter ein Abtropfblech legen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin das Schweinefilet rundherum anbraten. Anschließend auf das Gitter im Backofen legen und darin etwa 25 bis 30 Minuten saftig und rosa garen. Den Granatapfel halbieren und die Kerne auslösen. Für die Vinaigrette den Gemüsefond mit dem Essig und dem Senf in einen Mixbecher geben, je zwei Esslöffel der Ölsorten hinein mixen und mit Salz, Pfeffer, Chili und Zucker würzen. Abschließend mit den Rosinen, den Granatapfelkernen und den Kapern verrühren. Den Spitzpaprika halbieren, vom Strunk befreien, entkernen, in zentimetergroße Stücke schneiden und in Salzwasser etwa vier Minuten bissfest kochen. Anschließend in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Vom Grünkohl die feinen Blätter abzupfen und in Salzwasser einige Minuten kochen, so dass sie einen leichten Biss haben. Anschließend ebenfalls in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Das Schweinefilet aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden und mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Die Schweinefiletscheiben mit den Peperoni und dem Grünkohl auf Tellern anrichten und mit der Vinaigrette garnieren.

Alfons Schuhbeck am 22. Januar 2010