

# Schweine-Filet pochiert mit Kartoffel-Kürbis-Gemüse

## Für 2 Personen

2 Schweinefilets, Mittelstücke	300 g Muskatkürbis	6 festk. Kartoffeln, klein
1 Strauchtomate	1 Orange, unbehandelt	1 Limone, unbehandelt
2 Knoblauchzehen	1 Zwiebel	1 EL Kürbiskerne
1 EL Butter	1 TL Butterschmalz	300 ml Milch
1 EL Olivenöl	300 ml Weißwein	550 ml Gemüsefond
100 ml Orangensaft	0,5 Bund Thymian	1 Muskatnuss
3 EL scharfer Curry	schwarzer Pfeffer	Salz

Für den Sud die Zwiebel schälen und in grobe Würfel schneiden. Einen Topf mit dem Olivenöl erhitzen, die Zwiebel darin anschwitzen, mit zwei Esslöffel Curry bestäuben und sofort mit dem Weißwein ablöschen. 550 Milliliter Gemüsefond und den Orangensaft aufgießen. Anschließend die Strauchtomate putzen, vom Strunk befreien und in grobe Stücke schneiden. Die Knoblauchzehen halbieren und zusammen mit etwas Thymian in den Sud geben. Das Ganze einmal aufkochen lassen. Ein paar Zesten von der Limonen- und Orangenschale reißen und den Sud mit etwas Limonen- und Orangenschale sowie Salz und Pfeffer herzhaft abschmecken. Die Schweinefiletmittelstücke waschen, trocken tupfen, in den kochenden Currysud geben und den Topf sofort vom Herd nehmen, sodass die Schweinefiletstücke bei wenig Temperatur rosa garen. Die Gardauer beträgt ca. 20 Minuten. Anschließend aus dem Sud nehmen und ruhen lassen. Die Kartoffeln waschen, in einem Topf mit Salzwasser gar köcheln lassen. Anschließend abgießen, kurz etwas ausdampfen lassen, halbieren und in einer Pfanne mit dem Butterschmalz von allen Seiten etwas anbraten. Den Kürbis schälen, vom Strunk und den Kernen befreien und in feine Würfel schneiden. Die Muskatnuss reiben. Den Kürbis in einem Topf mit einem Schuss Fond weich köcheln und mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Kurz vor dem Servieren die Butter in einer Pfanne mit den Kürbiskernen aufschäumen lassen, so dass die Kürbiskerne rösten. Etwas Limonen- und Orangenschale hinzugeben und dann die Schweinefiletstücke nochmals von allen Seiten kurz anbraten und mit einer Messerspitze Curry bestäuben. Anschließend auf Küchentrepp abtropfen lassen. Ebenso die Kürbiskerne aus der Pfanne nehmen und abtropfen. Alles zwei Minuten ruhen lassen und anschließend die Schweinefilets in drei bis vier Tranchen aufschneiden. Die Milch mit einer Prise Salz kurz aufkochen, vom Herd nehmen, mit Salz, Pfeffer, Thymian und dem restlichen Curry kräftig abschmecken. Kurz vor dem Servieren die heiße, aber nicht mehr kochende Milch kräftig aufschäumen. Zum Anrichten die Kürbisstücke ohne Flüssigkeit auf Tellern in der Mitte anrichten, die Kartoffelhälften darum drapieren, die Schweinefilets in die Mitte setzen und mit dem abgeschöpften Milchschaum garnieren.

Alexander Herrmann am 22. Oktober 2010