

Sauerbraten vom Schweine-Filet, Pastinaken-Püree

Für zwei Personen

Für den Sauerbraten:

| | | |
|------------------------|----------------|-------------------------|
| 300 g Schweinefilet | 1 Schalotte | 3 cm Ingwer |
| Butterschmalz | 200 ml Rotwein | 150 ml dunkler Portwein |
| 3 EL dunkler Balsamico | 2 Zimtstangen | 5 Pimentkörner |
| 3 Sternanis | 2 Nelken | 2 EL Zucker |
| Salz | | |

Für das Pastinaken-Püree:

| | | |
|--------------|--------------------|----------------------------|
| 4 Pastinaken | 1 kleine Schalotte | $\frac{1}{2}$ Orange, Saft |
| 150 ml Sahne | Butter | Salz |

Für den Sauerbraten:

Das Schweinefilet ggf. parieren und in Medaillons schneiden. Ingwer in Scheiben schneiden. Schalotte abziehen und halbieren. Zucker in einen Topf geben und karamellisieren. Gewürze und Ingwer hinzugeben und kurz mitrösten. Schalottenhälften ebenfalls hinzugeben. Mit Rotwein und Portwein ablöschen und 50 ml Wasser hinzugeben. Das Fleisch in den Sud legen und den Balsamicoessig hinzugeben. Das Ganze auf eine Temperatur von 62 Grad bringen und halten. Temperatur mit einem Fleischthermometer überprüfen. Das Fleisch für 10-15 Minuten im Sud ziehen lassen. Das Fleisch herausnehmen, etwas trockentupfen und in Butterschmalz von beiden Seiten scharf anbraten. Vor dem Servieren mit Salz würzen.

Aus dem Garsud des Fleisches lässt sich eine schmackhafte Sauce ziehen. Dafür den Bratenansatz des Fleisches mit 80 ml Bratenfond und 120 ml Glühwein ablöschen, etwas einkochen lassen und mit Speisestärke abbinden.

Für das Pastinaken-Püree:

Pastinaken schälen und in gleichmäßige Stücke schneiden. Schalotte abziehen und grob schneiden. Orangensaft auspressen. Pastinaken in Butter kurz anschwitzen. Schalotte hinzugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Mit Salz würzen und mit Sahne, Orangensaft und 50 ml Wasser auffüllen. Das Gemüse darin garkochen. Anschließend pürieren und mit Salz nochmals abschmecken.

Björn Freitag am 05. Dezember 2025