

# Schweine-Filet mit Basilikum und Knoblauch gespickt

**Für 4 Personen**

**Schweinefilet:**

1 – 2 Zehen Knoblauch	400 g Schweinefilet, Mittelstück	
0,5 Bund Basilikum, frisch	1 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

**Parma-Schinken:**

4 dünne Scheiben Parma-Schinken

**Spargelsalat:**

1 Bund Spargel, weiß	300 ml Brühe	3 Zweige Thymian
2 Tomaten, reif	10 Oliven, schwarz	1 TL Butter
3 cl Balsamico, weiß	6 cl Olivenöl	

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Schweinefilet:

Die Knoblauchzehen schälen und in Scheiben schneiden. Mit einem spitzen Messer mehrere Taschen in die Medaillons schneiden. Jeweils ein Basilikumblatt samt einer Scheibe Knoblauch das Medaillon damit mehrmals spicken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Von beiden Seiten in Olivenöl anbraten und im vorgeheizten Backofen circa 30 Minuten rosa garen.

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Parma-Schinken:

Den Parma-Schinken auf ein Backblech samt Backpapier verteilen und im vorgeheizten Backofen circa zwölf Minuten kross rösten.

Spargelsalat:

Den Spargel schälen, halbieren und in etwas Brühe mit dem Thymian langsam gar köcheln. Die Tomaten in kochendes Wasser tauchen, abschrecken, abziehen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in Würfel schneiden. Die Oliven halbieren und eventuell entkernen. Beides in einer Pfanne mit Butter kurz aufstoßen lassen. Den Spargel im noch warmen Zustand mit Salz, Essig und Olivenöl abschmecken. Den Salat dekorativ anrichten, Tomaten und Oliven hinzugeben. Die Medaillons aufschneiden, zu dem Salat legen und mit den krossen Parma-Schinken servieren.

Alexander Herrmann am 28. Mai 2010