

Filet-Medaillons mit Zucchini-Basilikum-Pfannkuchen

Für vier Portionen

Für die Medaillons:

8 Schweinefiletmedaillons, à 80 g 1 EL Dijonsenf, grob 2 EL Olivenöl
30 g Butter Salz, Pfeffer

Für den Pfannkuchen:

2 Eier (Klasse M)	200 ml Milch	100 g Mehl
0,5 Bund Basilikum	1 Zwiebel	300 g Zucchini
8 schwarze Oliven	6 EL Olivenöl	1 Knoblauchzehe
100 g zerbröselter Feta	Salz, Pfeffer	Basilikum

Medaillons mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Senf einstreichen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons darin von beiden Seiten anbraten. Butter zugeben, das Fleisch damit beträufeln. Im Backofen bei 120 Grad 10 bis 15 Minuten fertig garen. Eier, Milch, Mehl mit einer kräftigen Prise Salz verrühren. Blättchen vom Basilikum abzupfen, in Streifen schneiden und unterheben. Anschließend beiseite stellen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Zucchini waschen und grob raspeln. Oliven klein hacken. Zwiebeln, Zucchini, Knoblauch und Oliven in einer beschichteten Pfanne in 2 Esslöffel heißem Öl glasig dünsten. Salzen, pfeffern und herausheben. Ein Esslöffel Öl in der Pfanne erhitzen, ein Viertel des Teigs in die Pfanne geben und gleichmäßig verteilen. Mit einem Viertel der Zucchini Mischung bestreuen und etwas Feta darüber streuen. Goldbraun braten, wenden und von der anderen Seite ebenso braten. Mit dem restlichen Teig ebenso verfahren, bis vier Pfannkuchen entstanden sind. Zum Anrichten je einen Pfannkuchen mit zwei Medaillons auf Tellern anrichten und mit frischem Basilikum garnieren.

Horst Lichter am 07. September 2013