

## Schweine-Filet mit Senf-Soße

### Für 2 Portionen

300 g Schweinefilet	1 Pak-Choi	1 kleiner Blumenkohl
1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch	2 Stiele Thymian
1 Tl Senf	Butter	Salz
Pfeffer	Olivenöl	

Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Pak-Choi und den Blumenkohl klein schneiden und in der Pfanne anschwitzen. Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen, in Scheiben schneiden und mit in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, in Medaillons schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Senf, Thymian und ein Stück Butter dazugeben und die Temperatur reduzieren. Das Schweinefilet auf Tellern anrichten und mit der Senfsauce servieren.

Steffen Henssler am 09. 09. 2011