

Schweinemedallions mit Kräuter-Nuss-Kruste und Kartoffelpüree

Rezept

2 Portionen

Zutaten

2 Zweige Rosmarin

3-4 Stiele Petersilie

20g Walnusshälften

20g Semmelbrösel

50g Butter

300g feine Bundmöhren

1 rote Chilischote

500g Kartoffeln

~ 1/2 (300g) Kohlsellerie

4 (à ~ 80g) Schweinefilet-medallions

Anleitung

und waschen und trocken schütteln. Ein wenig vom Rosmarin zum Garnieren beiseite legen. Die übrigen Blättchen/Nadeln abzupfen/hacken. Ca. 1/4 der gehackten Petersilie zum Bestreuen beiseite legen. Hacken. Diese nun zusammen mit und den eben gehackten Kräutern unter kneten und mit Salz & Pfeffer würzen. so schälen, dass etwas Grün stehen bleibt. Anschließend waschen und abtropfen lassen putzen, waschen und aufschneiden. Dann entkernen und in Streifen schneiden. und schälen, waschen und grob würfeln. In kochendem Salzwasser ca. 25 Minuten weichkochen. waschen, trocken tupfen und in Form bündeln. Den Ofen in der Zwischenzeit auf 150°C Umluft vorheizen.

Zusatz

Schweinemedallions mit Kräuter-Nuss-Kruste und Kartoffelpüree

1 EL Öl

100ml Rotwein (trocken)

150ml Gemüsebrühe

1 EL Butter

Koriander (gemahlen)

150ml Milch

1 EL Butter

Muskatnuss (gerieben)

1-2 TL Speisestärke

in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin unter Wenden 3-4 Minuten braun anbraten. Mit Salz & Pfeffer würzen und herausnehmen.

Die Butter-Nuss-Mischung darauf verteilen, etwas andrücken und im vorgeheizten Backofen 12-14 Minuten garen.

Den Bratsatz in der Pfanne mit und

abfließen, aufkochen und zugedeckt ~ 5 Minuten köcheln.

in einer anderen Pfanne schmelzen und die Möhren darin ~ 5 Minuten dünsten. Die Chilistreifen hinzugeben, mit und etwas Salz würzen.

Die Kartoffel-Sellerie-Mischung abgießen, anschließend mit und

zu Püree stampfen. Mit Salz, Pfeffer und etwas abschmecken.

Das Fleisch aus dem Backofen holen, locker in Alufolie wickeln und kurz ruhen lassen.

mit etwas Wasser glattrühren und die Soße damit binden. Mit Salz Pfeffer & etwas Zucker abschmecken.