

Geschmnetzeltes Schweinefilet an einer Lauch-Tomaten-Sosse

Die Vorarbeit:

Den Backofen auf 80° aufheizen und die Teller und eine Platte mitwärmen.

La Mise en Place:

300 g Schweinefilet, Pfeffermühle, 1 EL Mehl, 1 Lauchstängel, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 3 EL Crème fraîche, ½ dl Halbrahm, Butter, ½ dl Weisswein, Butter, 1 EL Tomatenpüree, ½ dl Bouillon, 1 kleine Dose Pelati

Die Vorbereitung:

Schweinefilet in Scheibchen schneiden, mit Pfeffer bestreuen und mit Mehl bestäuben. Das Zarte, Weisse vom Lauch in Ringlein schneiden, Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Crème fraîche mit dem Halbrahm verrühren.

Die Zubereitung am Herd:

In der Bratpfanne Butter schmelzen und das Fleisch darin kurz anbraten. Auf die warme Platte im Ofen geben und 90 Minuten nachgaren lassen.

Den Bratsatz mit Weisswein lösen und durch ein kleines Sieb in ein Tässchen giessen.

In einem Topf Butter schmelzen und den Lauch darin knapp weich dünsten. Mit Pfeffer bestreuen und herausnehmen. Im Bratsatz Zwiebel und Knoblauch hellgelb dünsten. Tomatenpüree beifügen und mitrösten. Mit dem Bratjus und Bouillon löschen und auf die Hälfte reduzieren.

Crème fraîche-Halbrahm zur Sosse giessen. Mit Pfeffer bestreuen. Pelati und den Lauch dazu geben und nochmals aufkochen.

Die Vollendung:

Das Fleisch wieder beifügen und zusammen servieren.

Das passt dazu:

Auf Reis servieren oder direkt mit dem Fleisch vermischte Nudeln

