

Schweine-Filet Lyoner Art mit Kartoffel-Kroketten

Für 2 Personen

400 g Schweinefilet	500 g Kartoffeln, fest	1 Gemüsezwiebel
400 g Paniermehl	5 EL Kartoffelmehl	3 Eier
1 EL Butter	100 ml Schlagsahne	2 EL Pflanzenöl
100 ml Rinderfond	20 ml Sherry, medium dry	2 EL Pfeffer, grün
1 Lorbeerblatt	1 Zweig Majoran	1 Muskatnuss
2 l Rapsöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch in dem Öl von allen Seiten scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und im Backofen etwa 15 Minuten weiter garen. Die Gemüsezwiebel abziehen, in Streifen schneiden und im Bratensatz goldbraun braten. Die Zwiebeln herausnehmen und den Bratensatz mit dem Sherry und dem Rinderfond ablöschen. Den Majoranzweig und das Lorbeerblatt hinein geben und etwas einkochen lassen. Den Majoranzweig und das Lorbeerblatt wieder entfernen und anschließend die Schlagsahne und den grünen Pfeffer dazu geben und nochmal kurz aufkochen. Ein Ei trennen. Die Muskatnuss reiben. Die Kartoffeln abgießen und noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Vier Esslöffel Kartoffelmehl, ein Eigelb, die Butter, eine Messerspitze Muskatnuss und eine Prise Salz dazu geben. Anschließend das Ganze zu einem Teig kneten. Die Arbeitsfläche mit dem restlichen Kartoffelmehl bestäuben und aus dem Teig eine etwa zwei Zentimeter dicke Rolle formen. Davon anschließend etwa fünf Zentimeter lange Kroketten schneiden. Die Friteuse auf 160 Grad vorheizen. Die restlichen Eier aufschlagen und in eine flache Schüssel geben. Das Paniermehl in eine weitere Schüssel geben. Die Kroketten erst in dem Ei und danach in dem Paniermehl wälzen. Anschließend die Kroketten in der Friteuse etwa vier Minuten frittieren. Die Schweinefilets aus dem Backofen nehmen. Das Schweinefilet mit den Kroketten auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Kuhnen am 01. September 2010