

Gefülltes Schweine-Filet mit Servietten-Knödel

Für zwei Personen

1 Schweinefilet, à 500 g	100 g Toastbrot	100 g Blattspinat
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Ei
2 EL Sauerrahm	75 g Crème-fraîche	1 TL Senf
50 ml Weißwein	75 ml Gemüsefond	2 EL weiche Butter
1 TL Butterschmalz	Salz, Pfeffer	

Einen Topf mit Wasser füllen und zum Kochen bringen. Das Toastbrot in Würfel schneiden. Die Würfel zusammen mit der Butter, dem Sauerrahm und dem Ei in einer Schüssel gut vermischen. Die Masse mit Hilfe von Frischhaltefolie zu einer Rolle formen. Die Rolle in Alufolie wickeln, in das kochende Wasser geben und darin circa 20 Minuten gar ziehen lassen. Wasser in einem weiteren Topf zum Kochen bringen. Den Blattspinat waschen, in das kochende Wasser geben, zwei Minuten blanchieren und unter kaltem Wasser abschrecken. Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Den Spinat ausdrücken und mit Salz, Pfeffer und dem Knoblauch vermengen. Das Filet waschen, trocken tupfen und mit dem Kochlöffel ein Loch hineinstecken. Die Spinatmischung in das Loch füllen, das Filet von allen Seiten salzen und pfeffern. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Filet darin rundherum anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, in eine kleine Auflaufform legen, mit 25 Millilitern Gemüsefond auffüllen und für zwanzig Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Die Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte fein hacken. Die Zwiebelwürfel in dem Bratenrückstand des Filets zusammen mit einem Esslöffel Butter anschwitzen. Den Senf zugeben und mit dem Weißwein, sowie dem restlichen Fond ablöschen. Alles einkochen lassen. Die Crème-fraîche unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen. Die Knödel aus dem Wasser nehmen, von der Folie befreien und in Scheiben schneiden. Das Filet zusammen mit den Knödeln auf einem Teller anrichten. Die Soße über das Fleisch geben und servieren.

Rosi Bauer am 04. Oktober 2012