

Schweine-Filet mit Rosmarin-Butter und Servietten-Knödel

Für zwei Personen

1 Schweinelende à 300 g	175 g frische Bohnen	5 Kirschtomaten
1 Kastenweißbrot	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 Eier	130 g Butter	100 ml Milch
4 Zweige Rosmarin	0,5 Bund Basilikum	0,5 Bund Petersilie
150 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer	1 Zitrone

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Hälfte des Kastenweißbrotes in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend die Milch dazugeben, kurz aufkochen lassen und mit den Brotwürfeln vermischen. Die Eier aufschlagen und verquirlen. Die Petersilie fein hacken und zusammen mit den Eiern unter die Brotwürfel mischen. Ein 30 Zentimeter langes Stück Alufolie mit etwas Butter bestreichen und die Knödelmasse darauf geben. Die Alufolie mit der Masse fest zu einer Rolle formen. Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen, die Alurolle hineingeben und 20 Minuten garen lassen. Die Schweinelende waschen, trocken tupfen und halbieren. Anschließend salzen und pfeffern. Die Nadeln vom Rosmarinzweig abzupfen. Drei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lenden darin von jeder Seite drei Minuten braten. Anschließend 70 Gramm Butter und den Rosmarin dazugeben und die Pfanne für 15 Minuten in den Ofen geben. Die Bohnen putzen. Die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin bei mittlerer Hitze andünsten. Anschließend die Bohnen dazugeben, kurz anschwitzen lassen und mit etwas Wasser aufgießen. Acht Minuten zugedeckt dünsten. Die Knödelmasse aus der Folie lösen und in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Knödel darin von beiden Seiten goldbraun braten. Ein paar Blätter Basilikum abzupfen. Die Tomaten halbieren und kurz vor Ende der Garzeit ebenfalls zu den Bohnen in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Basilikumblätter darüberstreuen. Die Schweinelende mit dem Knödel und den Bohnen auf einem Teller anrichten und servieren.

Stefan Schulz am 04. Februar 2013