

## Filet mignon à l'ancienne mit Mandel-Feigen-Bavette

### Für zwei Personen

1 Schweinefilet, 300g	125 g dünne Bandnudeln	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	2 frische Feigen	1 EL Feigenconfit
2 Orangen	1 Limette	20 g Butter
125 ml Sahne	50 g Mandeln, gehobelt	5 EL Akazienhonig
2 EL Senf à l'ancienne	2 EL Rohrzucker	2 EL Zucker
75 ml Weißwein, Pinot	1 Lorbeerblatt	1 Zweig Rosmarin
50 ml Cognac	1 EL Sonnenblumenöl	3 EL Arganöl
1 TL Meersalz	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 70 Grad Umluft vorheizen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und zu Medaillons klein schneiden. Die Schweinemedallions kurz von jeder Seite etwa zwei Minuten in Sonnenblumenöl anbraten. Danach die Medaillons in Alufolie einwickeln und für acht bis zehn Minuten im Backofen garen. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen, klein hacken und in einer Pfanne mit etwas Sonnenblumenöl leicht glasig andünsten lassen. Anschließend den Cognac zu den Schalotten gießen und flambieren. Den Weißwein, das Lorbeerblatt und ein paar Rosmarinnadeln mit in die Pfanne geben und einkochen lassen. Anschließend die Sahne dazu gießen und bei schwacher Hitze ziehen lassen. Im Anschluss die Sauce durch ein Sieb passieren lassen und den Senf unterrühren. In einer Pfanne die Butter schmelzen lassen, währenddessen die Feigen waschen und halbieren. Die Fruchtseite in Zucker eintauchen und karamellisieren lassen. Die Bandnudeln in einer ausreichenden Menge Salzwasser gar kochen, währenddessen eine Orange filetieren und aus der Zweiten den Saft auspressen. Die Limette halbieren und aus einer Hälfte ebenfalls den Saft auspressen. Anschließend zusammen mit dem Orangensaft in einem Topf erhitzen, den Honig, den Feigenconfit sowie den Rohrzucker unterrühren und zu einer Orangen-Honigsauce auflösen. Eine Pfanne sehr stark erhitzen und vom Herd nehmen. Die gehobelten Mandeln darin leicht bräunen lassen. Die Bandnudeln in einem Sieb abgießen, das Arganöl dazu geben und im Sieb schwenken. Danach die Nudeln in die Pfanne geben, die Orangen-Honigsauce darüber gießen und die Nudeln darin schwenken. Die filetierten Orangen vorsichtig unterheben. Anschließend die Bavette-Nudeln in Nest-Form auf dem Teller platzieren, die gebräunten Mandeln darüber geben, anschließend die Senfsauce als Spiegel für das Filet anrichten. Das Filet mignon mit der Mandel-Feigen-Bavette auf einem Teller anrichten, anschließend mit etwas Meersalz und dem Pfeffer würzen. Die karamellierten Feigen dazu servieren.

Sabine Heise am 28. Mai 2014