

Schweine-Filet mit Pfifferling-Rahm, Semmel-Knödel

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

1 Schweinefilet à 400 g 1 Bund Schnittlauch Rapsöl, Salz, Pfeffer

Für den Rahm:

100 g Pfifferlinge $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie 2 Schalotten

3 EL Sojasauce 70 g Sahne 1 TL Stärke

Rapsöl, Salz, Pfeffer

Für die Knödel:

3 Brötchen, vom Vortag 2 TL Semmelbrösel 3 Eier

150 ml Milch $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie Salz, Pfeffer

Für den Salat:

150 g Feldsalat 20 ml weißer Balsamico 2 TL Dijonsenf

$\frac{1}{4}$ TL Puderzucker 4 EL Olivenöl Salz, Pfeffer

Für das Fleisch:

Den Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Öl rundum anbraten. Das Fleisch 20 Minuten im Ofen garen.

Den Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Das gebratene Filet im Schnittlauch wenden und in vier Medaillons schneiden.

Für den Rahm:

Die Pfifferlinge mit einer Pilzbürste abbürsten. Öl in einer Pfanne erhitzen und Pfifferlinge darin scharf anbraten. Die Schalotte abziehen, klein würfeln und 5 Minuten in die Pfanne geben.

Die Sahne aufgießen und kräftig aufkochen. Die Stärke mit 2 EL Wasser in einer Schüssel anrühren und die Sauce nach Bedarf damit abbinden. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit der Sojasauce unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Knödel:

Die Brötchen zerkleinern und in einer Schüssel in Milch einige Minuten einweichen. Eier aufschlagen und hinzugeben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und hinzugeben. Zu einem Teig vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wenn der Teig nicht fest genug ist, ein paar Semmelbrösel hinzufügen. Einige Minuten ruhen lassen. Für die Knödel aus dem Teig Knödel formen und diese etwa 10 Minuten ins kochende Wasser geben.

Für den Salat:

Den Salat waschen, verlesen und trockenschleudern.

Aus Balsamico, Senf, Zucker und Öl eine cremige Vinaigrette anrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und den Salat mit dem Dressing marinieren. Das Schweinefilet mit Pfifferlingsrahm, Semmelknödel und Feldsalat auf Tellern anrichten und servieren.

Anni Friesinger-Postma am 16. Oktober 2017