

Schweine-Medallions, Weißwein-Soße, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Schweinemedallions:

300 g Schweinefilet	1 Knoblauchzehe	1 Rosmarinzweig
Butterschmalz	Salz	weißer Pfeffer

Für die Weißwein-Sahnesauce:

1 mittelgroße Zwiebel	200 ml Sahne	1 EL Honig
200 ml Kalbsfond	150 ml trockener Weißwein	1 EL Kartoffelstärke
Salz	Pfeffer	

Für die Möhren:

300 g Fingermöhren mit Grün	80 g Butter	100 ml Gemüsefond
1 Bund glatte Petersilie	1 Vanilleschote	1 EL Kokosblütenzucker
Salz	weißer Pfeffer	

Für den Süßkartoffel-Stampf:

2 große Süßkartoffeln	1 mehligk. Kartoffel	150 ml Sahne
200 g Butter	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für die Schweinemedallions:

Das Schweinefilet waschen, trockentupfen und in 2-3 cm dicke Scheiben schneiden. Mit der Hand etwas plattdrücken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Rosmarin abbrausen und trockenwedeln, Knoblauch abziehen. Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen und den Rosmarinzweig und den Knoblauch hinzufügen. Schweinemedallions hineingeben und darin scharf anbraten. Das Fleisch in Alufolie wickeln und ruhen lassen.

Die Fleischpfanne für die Sauce bereitstellen.

Für die Weißwein-Sahnesauce:

Zwiebel abziehen und klein schneiden. Im Bratensatz vom Schweinefilet anrösten und mit Wein ablöschen. Kalbsfond hinzufügen und alles durch ein Sieb geben. Sahne hinzufügen und die Sauce aufkochen lassen. Mit Salz Pfeffer und Honig abschmecken und mit etwas Stärke andicken.

Für die Möhren:

Möhren schälen und das Grün bis auf 1 cm abschneiden. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, anschließend fein hacken.

Eine Pfanne erhitzen und die Butter darin schmelzen. Die Möhren dazugeben und andünsten. Mit dem Gemüsefond ablöschen und die Möhren darin bissfest garen.

Die Vanilleschote halbieren und das ausgekratzte Mark zu den Möhren geben. Den Kokosblütenzucker über die Möhren streuen und karamellisieren. Mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken und vor dem Servieren die gehackte Petersilie darüber geben und kurz durchrühren.

Für den Süßkartoffel-Stampf:

Süßkartoffeln und Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. In kochendes Salzwasser geben und weichkochen. Wasser abgießen und die Butter zu den Kartoffeln geben. Alles stampfen, so dass ein paar grobe Stücke übrig bleiben. Sahne einrühren um die gewünschte Konsistenz zu erreichen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sabine Trinks am 05. Oktober 2020