

Schweine-Filet mit Morchel-Sahne-Soße und Knöpfle

Für zwei Personen

Für die Schweinemedailles:

2 Schweinemedailles à 120 g	50 g mittelscharfer Senf	Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Knöpfle:

200 g Spätzlemehl	2 Eier	100 ml Milch
1 EL Sonnenblumenöl	1 TL Salz	

Für die Morchel-Sahnesauce:

1 kleines Markbein	1 kleine Schalotte	20 g getrock. Morcheln
200 ml Rinderfond	50 g Butter	200 ml Sahne
1 TL Speisestärke	Salz	Pfeffer

Für die Schweinemedailles:

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schweinemedailles von beiden Seiten mit Senf bestreichen. Im Backofen ca. 20 Minuten garen lassen bis eine Kerntemperatur von 60 Grad erreicht ist. Anschließend in einer Pfanne mit Öl von allen Seiten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Knöpfle:

Mehl mit Salz in einer Schüssel miteinander vermengen und eine Mulde formen. Eier mit Milch und Öl verquirlen und in die Mulde gießen. Teig verrühren und schlagen bis er Blasen bildet. Etwas ruhen lassen.

Salzwasser in einem Topf zum Sieden bringen und Knöpfle durch ein Blech ins heiße Wasser streichen. Sobald die Knöpfle an der Wasseroberfläche schwimmen, mit einer Schaumkelle abschöpfen.

Für die Morchel-Sahnesauce:

Getrocknete Morcheln mit heißem Wasser übergießen und etwa 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend in dünne Scheiben schneiden.

Schalotte abziehen und fein hacken. Markbein, Schalotte und Morcheln in einem Topf mit Butter anrösten und dann mit Rinderfond ablöschen.

Markbein entfernen, Sahne hinzugeben und leicht einköcheln lassen. Falls die Sauce zu flüssig ist mit etwas Stärke abbinden.

Peter Schaad am 26. Juni 2023