

Schweine-Medaillons mit Zitrone, Kartoffelbrei

Für 4 Personen

Für den Kartoffelbrei:

600 g mehligk. Kartoffeln	Salz	50 g getrock. Öl-Tomaten
1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Estragon	2 Zweige Thymian
60 g Parmesan	250 ml Milch	2 EL Olivenöl
2 EL Pinienkerne	2 EL grüne Oliven	2 TL kleine Kapern (Glas)

Für die Medaillons:

2 Bio-Zitronen	600 g Schweinefilet	Salz
Pfeffer	3 EL Butter	1 EL Olivenöl
2 EL Weizenmehl, Type 405	50 ml Gemüsebrühe	

Die Kartoffeln schälen, waschen und abtropfen lassen. Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser zugedeckt weichkochen (ca. 25 Minuten).

Getrocknete Tomaten abtropfen und fein hacken.

Rosmarin, Estragon und Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln und Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Parmesan fein reiben.

Für die Medaillons die Zitronen heiß abwaschen. Eine halbe Zitrone beiseite legen, den Rest in Scheiben schneiden.

Das Schweinefilet in Medaillons schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Butter und das Öl in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen.

Die Medaillons leicht mehlieren, überschüssiges Mehl abklopfen und die Medaillons in die Pfanne geben. Die Zitronenscheiben mit in die Pfanne geben und alles anbraten. Die Medaillons von jeder Seite ca. 2 Minuten braten.

Für den Kartoffelbrei die Milch in einem Topf erhitzen.

Weich gekochte Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Nach und nach soviel heiße Milch unterrühren, bis ein cremiges Kartoffelpüree entsteht.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Pinienkerne, Oliven, Kapern und gehackte Tomaten darin andünsten. Dann die Kräuter untermischen.

Den Pinienkern-Mix und Parmesan unter den Kartoffelbrei mischen und abschmecken.

Die gebratenen Medaillons aus der Pfanne nehmen und den Saft einer halben Zitrone mit Gemüsebrühe in den Bratenansatz geben und zusammen kurz aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Kartoffelpüree auf Teller geben, die Medaillons anlegen und die Zitronensauce darüber geben.

Christian Henze am 29. Juni 2022