

Schweine-Filet auf Kartoffel-Ecken mit Pfifferling-Salat

Für 4 Portionen

1 Schweinefilet	400 g Kartoffeln (festkochend)	300 g Pfifferlinge
300 g grüne Bohnen	2 Schalotten	6 kleine Tomaten
100 g Rucola	1 Zehe Knoblauch	6 Radieschen
150 g frischer Parmesan	1 Zitrone	1 Zweig Rosmarin
5 Blatt Basilikum	Tandoori-Curry-Pulver	Olivenöl, Kümmel
Salz, Pfeffer		

Kartoffeln halbieren und die Hälfte noch einmal längs in vier gleiche Stäbchen schneiden. Diese im Salzwasser zusammen mit Kümmel bissfest kochen. Danach das Wasser abgießen und die Kartoffeln auf ein Backblech zusammen mit Salz, Rosmarin und Olivenöl legen. Dann bei 180 Grad 20 Minuten braten.

Die Pfifferlinge mit einer Bürste putzen. Falls noch Schmutz in den Rillen der Pilze sitzt, diesen mit der Spitze eines kleinen Gemüsemesser abkratzen. Die Pfifferlinge vierteln. Schalotten in grobe Würfel schneiden und die Enden der Bohnen abschneiden. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Pilze dazugeben. Das Öl muss richtig heiß sein, ansonsten geben die Pilze zu viel Wasser ab und werden nicht richtig angebraten, sondern gekocht. Wenn sie von allen Seiten scharf angebraten sind, auf einer Seite in der Pfanne Platz für die Bohnen schaffen und ebenfalls anbraten. Im selben Verfahren die Schalottenwürfel hinzufügen, also auch einen kleinen Platz in der Pfanne schaffen und anschwitzen. Dann Knoblauch in Würfel schneiden und in die Pfanne geben. Zum Schluss noch mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen und das Ganze mit Weißwein ablöschen. Zehn Minuten bei schwacher Hitze kochen lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Das Schweinefilet als Ganzes mit Salz, Pfeffer und Tandoori würzen und in eine Pfanne mit ein wenig Olivenöl geben. Dann die ganze Knoblauchknolle längs halbieren und mit den Rosmarin-zweige dazugeben. Von allen Seiten scharf anbraten. Das ganze Filet anschließend bei 150 Grad 13 Minuten lang im Backofen weiter ziehen lassen. Danach die Tomaten halbieren, Radieschen grob würfeln. Anschließend mit Basilikum, Rucola und ein paar Spritzern Zitronensaft vermengen.

Zum Anrichten das Schweinefilet in Streifen schneiden. Die Kartoffelecken auf einen Teller geben. Darauf den Pfifferlingssalat mit gehobeltem Parmesan garnieren. Die Streifen an die Seite legen.

Frank Rosin am 23. Juli 2014