

Gefüllte Schweine-Steaks auf Semmelkohl-Kartöffelchen

Für vier Portionen

Für die Kartoffeln:

400 g kleine, neue Kartoffeln 1 TL Kümmel 1 TL Salz

Für die Schweinesteaks:

4 Schweinesteaks, à 200 g 1 Zwiebel 150 g Champignons

2 Zweige Thymian 20 g Butter 1 TL Senf

Salz, Pfeffer 1 Ei Olivenöl

200 ml Fleischbrühe 150 ml Sahne 1 TL Speisestärke

4 Stiele glatte Petersilie

Für den Semmelkohl:

1 Blumenkohl 50 g Bacon 50 g Butter

80 g Semmelbrösel Muskatnuss

Die Kartoffeln mit einer Bürste gründlich reinigen und in einen Topf geben. Knapp mit Wasser bedecken, Salz und Kümmel zugeben und die Kartoffeln weich garen. Abgießen und kurz ausdämpfen lassen. In die Schweinesteaks seitlich eine Tasche einschneiden. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Die Champignons in kleine Würfel hacken. Thymianblättchen von den Stielen zupfen und hacken. Alles zusammen in der Butter anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Senf und Ei vermischen und in die eingeschnittenen Taschen füllen. Die Öffnungen mit Zahnstochern verschließen. Die Steaks mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne im heißen Öl von beiden Seiten anbraten. Anschließend im 120 Grad heißen Ofen zehn Minuten garen. Den Bratensatz mit Brühe und Sahne aufgießen und fünf Minuten köcheln lassen. Salzen, pfeffern und mit der Stärke leicht binden. Petersilie fein hacken und kurz vor dem Servieren in die Sauce rühren. Den Blumenkohl in Röschen teilen und in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. Danach abgießen und gut abtropfen lassen. Den Bacon klein würfeln. Butter in einer Pfanne schmelzen und den Bacon darin braun anbraten. Semmelbrösel zugeben und das Ganze mit Muskat würzen. Die Blumenkohlröschen in der Semmelschmelze wenden und erwärmen. Semmelkohl und Kartoffeln auf Tellern anrichten, die Zahnstocher aus dem Fleisch entfernen und die Steaks neben dem Gemüse anrichten. Mit der Sauce servieren.

Horst Lichter am 11. Mai 2013