

Schweine-Filet-Gratin

500 g Schweinefilet(s)	2 EL Senf, m.-scharf	2 EL Öl
Salz, Pfeffer	400 g Brokkoli	250 g Möhren
300 g Lauch	250 g Crème-fraîche	5 EL Milch
50 g Gouda, gerieben		

Schweinefilet in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden, salzen, pfeffern und mit Senf bestreichen. Öl in der Pfanne erhitzen und die Medaillons darin knusprig braten, herausnehmen und abgedeckt beiseite stellen.

Brokkoli vom Strunk befreien und in Röschen teilen. Möhren putzen und in 5 cm lange Stücke schneiden, diese je nach Dicke der Möhren halbieren oder vierteln. Den Porree in Ringe schneiden. Alle Gemüsesorten getrennt voneinander in Salzwasser blanchieren.

Schweinefilet und die Gemüsesorten nebeneinander in Streifen in die Gratinform legen. Crème fraîche, Milch und Käse verrühren und mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken und über das Gratin verteilen. Im auf 200°C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen 25 Min. überbacken.

NN am 10. Dezember 2025