

EDEKA
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

SCHWEINEFILET

mit Dörrpflaumen gefüllt, auf Kartoffelrösti
mit Kürbisgemüse



Dirk Luther



Die Kartoffeln gründlich in reichlich Wasser waschen und schälen. Nun auf der groben Seite der Vierkantreibe raspeln und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.



In 4 Portionen teilen, gut ausdrücken, so dass das komplette Kartoffelwasser rausgedrückt wird. Das Eigelb dazugeben und gut durchkneten.



Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Eine Portion Kartoffelraspel hineingeben und gleichmäßig auf dem Pfannenboden mit einem Pfannenwender verteilen.



Nun die Kartoffelrösti von beiden Seiten leicht bräunen. Zum Schluss ein Flöckchen Butter dazugeben.



Schweinefilet

mit Dörripflaumen gefüllt, auf Kürbisgemüse und Kartoffelrösti

ZUTATEN

SCHWEINEFILET

2 Schweinefilets ohne Spitze
100 g Dörripflaumen
Salz und Pfeffer aus der Mühle
Rapsöl
1 EL Butter
1 Rosmarinweig

KÜRBISGEMÜSE

1 Hokkaidokürbis
3 Schalotten, fein gewürfelt
1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
1 TL Paprikapulver
30 g Butter
50 ml Weißwein
300 ml Geflügelfond
60 g Parmesan, frisch gerieben
Salz und Pfeffer aus der Mühle
1 TL Honig

KARTOFFELRÖSTI

1 kg festkochende Kartoffeln
1 Eigelb
4 EL Rapsöl zum Braten
4 TL Butter
Muskatnuss
Salz und Pfeffer aus der Mühle



Schweinefilet



SCHWEINEFILET Den Backofen auf 135° C vorheizen. Durchbohren Sie das Schweinefilet der Länge nach mit einem Wetzstahl. Die Dörripflaumen grob würfeln und mit den Daumen in die Schweinefilets drücken. Die Schweinefilets mit Salz und Pfeffer würzen und im heißen Öl von allen Seiten gleichmäßig anbraten. Das Fleisch in den Ofen auf ein Gitter legen und ca. 14 – 18 Minuten garen. Kurz vor dem Servieren die Butter mit dem Rosmarinweig in eine Pfanne geben und das Schweinefilet darin kurz nachbraten und mit der aufschäumenden Butter übergießen.

KÜRBISGEMÜSE Für das Kürbisgemüse den Kürbis waschen, halbieren und entkernen. Dann die Schale entfernen und den Kürbis fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten- und Knoblauchwürfel darin glasig anschwitzen. Mit dem Paprikapulver abstäuben, mit Weißwein ablöschen und verkochen lassen.

Kürbiswürfel zugeben und nach und nach den Geflügelfond angießen. Den Kürbis unter Rühren weich garen. Zum Schluss den geriebenen Parmesan untermischen, mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken.

KARTOFFELRÖSTI (Beschreibung zur Zubereitung siehe linke Spalte.)

ANRICHTEN Die Kartoffelröstis in die Mitte der vorgewärmten Teller geben. Das Schweinefilet in gleichmäßige Scheiben schneiden und mit dem Kürbisgemüse auf dem Rösti anrichten.

★ MEIN TIPP

Kleinere Kürbisse haben ein festeres Fruchtfleisch mit weniger Fasern und einen intensiveren Geschmack als große Früchte. Ein reifer Kürbis klingt beim Klopfen auf die Schale etwas hohl und hat einen bereits verholzten Stiel.

