

**Kochrezepte  
aus Fernsehen oder Internet**

**Amateur: Schwein**

**2011 - 2012**

**99 Rezepte**

---

<sup>1</sup>In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 21. Oktober 2022.

# Inhalt

Beef Wellington von Schweine-Filet mit Bohnen . . . . .	1
Bunte Kartoffel-Pfanne mit Schweine-Filet . . . . .	2
Cordon bleu 'exquisite', Bandnudeln, Tomaten-Kräuter-Soße . . . . .	3
Cordon Bleu 'spezial' . . . . .	3
Cordon bleu mit Brokkoli und Röstkartoffeln . . . . .	4
Falsches Kotelett mit Möhren-Gemüse . . . . .	5
Filet-Topf mit Kroketten und Karotten-Salat . . . . .	6
Frittiertes Schweine-Nacken mit Teriyaki-Soße . . . . .	7
Gedämpftes Schweine-Filet mit Spätzle und Fenchel . . . . .	8
Gefülltes Schweine-Filet Hamburger Art . . . . .	8
Gefülltes Schweine-Filet mit Servietten-Knödel . . . . .	9
Gefülltes Schweine-Schnitzel mit grünem Spargel, Spätzle . . . . .	10
Gemüse-Bandnudeln mit Schweine-Filet . . . . .	11
Jäger-Schnitzel mit Käse-Spätzle . . . . .	12
Kottu Roti . . . . .	13
Lamm-Koteletts, Kartoffel-Püree, lauwarmer Bohnen-Salat . . . . .	13
Linzer Schnitzel mit Kartoffel-Vogerl-Salat . . . . .	14
Möhren durcheinander mit Schweine-Medaillons . . . . .	14
Mediterranes Schweine-Filet mit Feldsalat und Baguette . . . . .	15
Meerrettich-Schweine-Fleisch mit Semmelknödeln . . . . .	16
Nasi rames, Sambal-goreng-Bohnen, Tempeh goreng . . . . .	17
Niederrheinisches Labskaus . . . . .	18
Nudeln mit Schweine-Filet, Steinpilzen und Minze . . . . .	18
Paniertes Kamm-Kotelett mit Bratkartoffeln und Feld-Salat . . . . .	19
Paniertes Schweine-Filet mit Kartoffel-Salat . . . . .	20
Party-Filet mit Champagner-Risotto . . . . .	21

Party-Filets mit Mandel-Butter-Brokkoli und Wild-Reis . . . . .	21
Salbei-Risotto mit Schweine-Filet-Scheiben . . . . .	22
Schwein-Koteletts 'Elsässer Art' mit Kartoffel-Püree . . . . .	23
Schweine-Filet im Karotten-Zucchini-Mantel . . . . .	24
Schweine-Filet im Parma-Mantel mit Austernpilzen . . . . .	24
Schweine-Filet im Parma-Mantel mit Rosmarin-Kartoffeln . . . . .	25
Schweine-Filet im Speck-Mantel mit Spätzle und Salat . . . . .	26
Schweine-Filet im Speck-Mantel mit Waldpilz-Risotto . . . . .	27
Schweine-Filet im Speck-Mantel, Kartoffel-Püree . . . . .	27
Schweine-Filet im Strudel-Blatt mit Rahm-Wirsing . . . . .	28
Schweine-Filet im Teig-Mantel mit dreierlei Salat . . . . .	29
Schweine-Filet im Zucchini-Mantel . . . . .	30
Schweine-Filet in Rote-Bete-Soße mit Bandnudeln . . . . .	31
Schweine-Filet mit Apfel-Curry-Soße und Basmatireis . . . . .	32
Schweine-Filet mit Aprikosen-Soße, Orangen-Curry-Risotto . . . . .	32
Schweine-Filet mit Balsamico-Soße und Polenta . . . . .	33
Schweine-Filet mit Champignon-Sherry-Rahmsoße . . . . .	34
Schweine-Filet mit Feigen, Gorgonzola und grünen Nudeln . . . . .	34
Schweine-Filet mit Gorgonzola-Mascarpone-Haube . . . . .	35
Schweine-Filet mit Kartoffel-Püree und Pfannen-Gemüse . . . . .	35
Schweine-Filet mit Kartoffel-Rösti . . . . .	36
Schweine-Filet mit Rahm-Soße und Pilzen . . . . .	36
Schweine-Filet mit scharfen Kirschen und Röstkartoffeln . . . . .	37
Schweine-Filet mit Sellerie-Gemüse, Meersalz-Kartoffeln . . . . .	38
Schweine-Filet mit Spätzle und Basilikum-Walnuss-Soße . . . . .	38
Schweine-Filet mit Spätzle und fruchtiger Curry-Soße . . . . .	39
Schweine-Filet mit Spätzle und Pilz-Rahm-Soße . . . . .	40
Schweine-Filet, Egerling-Petersilien-Rahmsoße, Spätzle . . . . .	41
Schweine-Filet, Folien-Kartoffel, Kräuter-Sahne-Joghurt . . . . .	42
Schweine-Filet, Gorgonzola-Sahne-Soße, Preiselbeer-Birnen . . . . .	42
Schweine-Filet, Pfeffer-Soße, Brezen-Knödel, Gemüse . . . . .	43
Schweine-Filet, Rhabarber-Soße, Kartoffeln, Thai-Spargel . . . . .	44

Schweine-Filet, Schinkenspeck, Rosenkohl, Ofen-Kartoffeln . . . . .	45
Schweine-Filet, Speck-Mantel, Kartoffel-Püree . . . . .	46
Schweine-Filet, Speck-Mantel, Kräuter-Kruste . . . . .	47
Schweine-Filet, Zitronen-Soße, Kartoffel-Püree, Zucchini . . . . .	48
Schweine-Filet-Braten mit Blätterteig-Herzen, Karotten . . . . .	49
Schweine-Filets mit Tomaten-Salsa, Süßkartoffel-Püree . . . . .	50
Schweine-Fleisch mit Muscheln . . . . .	50
Schweine-Fleisch süß-sauer . . . . .	51
Schweine-Fleisch-Ananas-Curry, Reis, Petersilien-Sambal . . . . .	52
Schweine-Geschnetzeltes mit Curry und Reis . . . . .	53
Schweine-Geschnetzeltes mit Kartoffel-Püree . . . . .	53
Schweine-Kotelett mit lauwarmem Kartoffel-Gurken-Salat . . . . .	54
Schweine-Kotelett mit Rahm-Wirsing und Rösti . . . . .	54
Schweine-Koteletts mit Apfel-Stampf-Kartoffeln . . . . .	55
Schweine-Kröstchen mit grünen Nudeln und Curry-Soße . . . . .	56
Schweine-Lendchen im Speckmantel mit Spätzle . . . . .	57
Schweine-Lendchen im Wirsing-Mantel mit Kartoffel-Talern . . . . .	58
Schweine-Lendchen mit Pfifferling-Rahmsoße und Spätzle . . . . .	59
Schweine-Medailon in Pilz-Rahm-Soße und Risi e bisi . . . . .	60
Schweine-Medailleurs im Speck-Mantel mit Kräuter-Füllung . . . . .	61
Schweine-Medailleurs mit Apfel-Cidre-Soße und Zartweizen . . . . .	62
Schweine-Medailleurs mit Couscous-Salat . . . . .	63
Schweine-Medailleurs mit Gorgonzola-Kruste und Brokkoli . . . . .	64
Schweine-Medailleurs mit Müsli-Panade und Peperonata . . . . .	65
Schweine-Medailleurs mit Orangen-Soße . . . . .	66
Schweine-Medailleurs mit Pfeffer-Soße und Bratkartoffeln . . . . .	66
Schweine-Medailleurs mit Risotto und Baby-Möhren . . . . .	67
Schweine-Medailleurs mit Roquefort-Soße und Blattspinat . . . . .	68
Schweine-Medailleurs mit Semmel-Knödeln, Pilz-Speck-Soße . . . . .	69
Schweine-Medailleurs mit Senf und Mandel-Kartoffeln . . . . .	69
Schweine-Medailleurs mit Spargel und Salzkartoffeln . . . . .	70
Schweine-Medailleurs mit Speck-Bohnen und Kartoffeln . . . . .	70

Schweine-Medallions mit Tomaten-Basilikum-Soße . . . . .	71
Schweine-Medallions, Amarenakirsch-Soße, Tagliatelle . . . . .	71
Schweine-Steak au poivre vert, Hush puppies, Ziegenkäse . . . . .	72
Schweine-Steak-Toast à la Chef . . . . .	73
Selbstgemachte Mohn-Bandnudeln mit Schweine-Filet . . . . .	73
Spätzle mit Schweine-Medallions und Käse . . . . .	74
Spinat-Gorgonzola-Risotto mit Schweine-Filet . . . . .	74
Trilogie von Birnen, Bohnen und Speck . . . . .	75
Waliser Schweine-Filet mit Kartoffel-Püree . . . . .	75

**Index** **76**

# Beef Wellington von Schweine-Filet mit Bohnen

## Für 2 Personen

500 g Schweinefilet	150 g Hähnchenbrustfilet	8 Drillinge
1 Rolle Blätterteig	1 Wirsingkopf	100 g Champignons
100 g Shiitake-Pilze	100 g Schnittbohnen	1 Chilischote
2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	2 Eier
150 g Butter	250 ml Sahne	200 ml Rotwein
3 Zweige Thymian	3 Zweige Rosmarin	3 Zweige Majoran
Öl	Zucker	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Dann zwei Töpfe mit Salzwasser zum Kochen bringen. Anschließend den Wirsingkohl halbieren, vom Strunk befreien und die Blätter im Salzwasser blanchieren. Für die Kräuter-Kartoffeln den Thymian, den Rosmarin und den Majoran zupfen und klein hacken. Die Drillinge im Salzwasser kochen und sie aus dem Topf nehmen, kurz bevor sie gar sind. Dann die Kartoffeln halbieren, mit Öl bestreichen und mit den Kräutern bestreuen. Anschließend in den Backofen geben. Für die Fleischfüllung zunächst das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in kleine Stücke schneiden. Ein Ei aufschlagen und die Chilischote der Länge nach aufschneiden. Von Scheidewänden und Kerngehäuse trennen und dann ebenfalls klein schneiden. Eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Als Letztes die Fleischstücke mit etwas Salz, Pfeffer, dem Ei, der Sahne, der Chili, dem Knoblauch und den Zwiebeln vermengen und das Ganze in einem Zerkleinerer zu einer feinen Masse mixen. Den Blätterteig dünn ausrollen, einen kleinen Teil der Füllung dünn auftragen und die Wirsingblätter darauflegen. Die Pilze putzen und in kleine Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer in etwas Öl scharf anbraten, dann abkühlen lassen und unter die restliche Füllung mischen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen, dann salzen und pfeffern und im Ganzen scharf anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen. Für die Soße die zweite Zwiebel abziehen, klein hacken und zusammen mit dem Rotwein, etwas Salz, Pfeffer, Zucker und Butter in den Bratensatz geben. Danach den Blätterteig dick mit der Pilzfüllung bestreichen und das Schweinefilet darauflegen. Das Ganze einrollen, das letzte Ei aufschlagen und trennen. Den Blätterteig mit dem Eigelb bestreichen und ihn in etwas Butter bei kleiner Hitze anbraten, bis er goldbraun ist. Anschließend im Ofen weitergaren. Die Bohnen in Salzwasser kochen. Dann die zweite Knoblauchzehe abziehen, klein hacken und unter die restliche Butter mischen. Im Anschluss die Bohnen in etwas Knoblauchbutter im Topf anschwanken. Anschließend das Fleisch und die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, das Beef Wellington mit Bohnen und Kräuterkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Kai Lohse am 08. Februar 2012

# Bunte Kartoffel-Pfanne mit Schweine-Filet

## Für 2 Personen

250 g Schweinefilet	200 g mehliges Kartoffeln	1 rote Paprika, groß
1 kleine Zucchini	3 Tomaten	2 kleine Zwiebeln
3 Knoblauchzehen	100 g Feldsalat	1 Zitrone
100 g Parmesan	2 EL Tomatenmark	1 EL Zucker
150 ml Olivenöl	1 Bund Basilikum	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	schwarzer Pfeffer	Salz

Die Zitrone halbieren und auspressen. Aus der Hälfte des Zitronensafts, 120 Millilitern Olivenöl, Salz und Pfeffer eine Marinade herstellen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, in Streifen schneiden und in der Marinade einlegen. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen, würfeln und in die Pfanne geben. Die Kartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden und mit anbraten. Das Tomatenmark in einem Schälchen in etwas Wasser lösen und hinzufügen. Die Paprikaschote von den Kernen und den Scheidewänden befreien und klein schneiden. Die Zucchini putzen, von den Enden befreien und in Scheiben schneiden. Die Zucchini und die Paprika in die Pfanne geben. Die Tomaten abziehen und in Würfel schneiden. Den Rosmarin und den Thymian zupfen, hacken und mit dem restlichen Zitronensaft und den Tomaten in der Pfanne verrühren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Anschließend die Schweinefiletstreifen aus der Pfanne nehmen und unter das Gemüse mischen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Feldsalat putzen, das Basilikum zupfen und den Parmesan reiben. Den Feldsalat mit dem Basilikum und dem restlichen Olivenöl vermengen und mit dem Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Die bunte Kartoffelpfanne und den Feldsalat auf Tellern anrichten, mit Parmesan garnieren und servieren.

Antonia Rhau am 25. Juli 2011



## Cordon bleu 'exquisite', Bandnudeln, Tomaten-Kräuter-Soße

### Für 2 Personen

300 g Schweinefilet	150 g helle Bandnudeln	100 g passierte Tomaten
100 g getr. Tomaten in Öl	100 g Ziegenfrischkäse	100 g Schlagsahne
1 EL Balsamicoessig	1 Zweig Oregano	1 Zweig Thymian
1 Zweig glatte Petersilie	1 Zweig Basilikum	30 g Pinienkerne
Olivensöl	Zucker	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Blätter von dem Thymian, der Petersilie und dem Basilikum abzupfen und kleinhacken. Die getrockneten Tomaten in einem Sieb abtropfen lassen und kleinschneiden. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Die Hälfte der Kräuter, die getrockneten Tomaten und den Ziegenfrischkäse vermengen und die Pinienkerne unterheben. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, in vier zwei Zentimeter dicke Medaillons schneiden, plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen, mit der Ziegenkäsemischung bestreichen und mit Zahnstochern fixieren. Olivensöl in einer Pfanne erhitzen, darin die Medaillons von beiden Seiten braten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die Schlagsahne und die passierten Tomaten in den Bratensud geben und kurz aufkochen lassen. Anschließend mit Salz, Pfeffer, Zucker, dem Balsamicoessig, dem Oregano und dem Rest der gehackten Kräuter abschmecken. Die Bandnudeln in gesalzenem Wasser bissfest kochen. Das Cordon bleu "exquisite" mit den Bandnudeln auf Tellern anrichten und mit der Soße und Basilikum garnieren.

Thomas Frese am 06. Juli 2011

## Cordon Bleu 'spezial'

### Für 2 Personen

2 große Schweineschnitzel à 200 g	6 kleine, festk. Kartoffeln	2 Scheiben Pressschinken
2 Scheiben Emmentaler	1 Zwiebel	1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen	2 milde Pfefferoni	1 scharfe Pfefferoni
2 Eier	200 g Mehl	200 g Paniermehl
½ EL Senf	1 Zweig glatte Petersilie	1 EL Puderzucker
3 EL Essig	Pflanzenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Die Kartoffeln waschen und in Salzwasser garen. Die Schnitzel waschen, trocken tupfen, plattieren und salzen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Pfefferoni ebenso klein schneiden. Anschließend die Schnitzel zur Hälfte mit Schinken, einer Scheibe Käse, einer halben fein geschnittene Zwiebel, gehacktem Knoblauch und klein geschnittener Pfefferoni belegen und mit einer Schinkenscheibe zudecken. Die Schnitzel zusammen klappen und mit Zahnstochern fixieren. Aus Mehl, Eiern und Paniermehl eine Panierstation herstellen und das Fleisch nacheinander dadurch ziehen. Das Fleisch in einer Pfanne mit heißem Öl goldbraun ausbacken. Die Kartoffeln abgießen, pellen und noch heiß in Scheiben schneiden. Die rote Zwiebel abziehen und zur Hälfte klein schneiden. Die Hälfte der Zwiebel mit einem halben Esslöffel Senf, Salz, Zucker, Öl und mit Wasser verdünnten Essig mischen. Alles zu den Kartoffeln geben und vermengen. Die Petersilie von den Stielen zupfen. Anschließend alles noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreuen. Das Cordon Bleu zusammen mit dem Kartoffelsalat auf Tellern anrichten und servieren.

Helene Hrabal am 20. Februar 2012

## Cordon bleu mit Brokkoli und Röstkartoffeln

### Für zwei Personen

2 Schweineschnitzel á 150 g	200 g Wacholderschinken	8 kleine Frühkartoffeln
300 g Brokkoli	1 Zitrone	1 Bund Petersilie
150 g Paniermehl	2 Eier	200 g Emmentaler
150 g Kräuterfrischkäse	500 ml Gemüsefond	Butterschmalz, Senf
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. In einem Topf den Gemüsefond erhitzen. Die Kartoffeln schälen und in dem Fond gar ziehen lassen. Circa fünf Minuten nach den Kartoffeln den Brokkoli ebenfalls in den Fond geben und mit kochen lassen. Die Schweineschnitzel waschen, trocken tupfen und eine Tasche hineinschneiden. Die Schnitzel von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Senf einstreichen. Das Fleisch anschließend mit je einer Scheibe Wacholderschinken und einer Scheibe Emmentaler füllen. Das Ei aufschlagen und in einen tiefen Teller geben, das Paniermehl in einen zweiten tiefen Teller geben. Die Schnitzel erst in dem Ei, dann in dem Paniermehl wenden. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die gefüllten Schnitzel darin kurz von beiden Seiten anbraten. Anschließend im vorgeheizten Backofen fertig garen lassen. Die Petersilie waschen, trocken tupfen, die Blätter abzupfen und für die Garnierung zur Seite legen. Den Frischkäse in einem kleinen Topf erwärmen, bis er geschmolzen ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten. Eine weitere Pfanne mit Butterschmalz erhitzen. Die Kartoffeln, sowie den Brokkoli abgießen und in der heißen Pfanne anbraten. Die Zitrone waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Das Cordon Bleu aus dem Ofen nehmen und mit den Kartoffeln, dem Brokkoli und der Frischkäsesoße anrichten. Mit der Petersilie und den Zitronenscheiben garnieren und servieren.

Bernhard Trömel-Kühnert am 17. September 2012

## Falsches Kotelett mit Möhren-Gemüse

### Für 2 Personen

4 Scheiben magerer Schweinebauch	4 große Kartoffeln, mehlig	500 g Möhren
1 Zwiebel	150 ml Schlagsahne	200 ml Gemüsebrühe
100 g Mehl	1 Ei	100 g Paniermehl
100 g Butter	2 EL Butterschmalz	2 EL Zucker
2 EL Weinessig	2 EL mittelscharfer Senf	1 Zweig glatte Petersilie
1 Muskatnuss	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Schweinebauch waschen, trockentupfen und von beiden Seiten salzen und pfeffern. Das Ei auf einem flachen Teller mit einer Gabel verquirlen. Etwas Paniermehl auf einen zweiten Teller geben und das Mehl ebenfalls auf einem Teller ausbreiten. Die Schweinebauchscheiben zuerst in Mehl, anschließend im verquirlten Ei und danach im Paniermehl wenden. Das Butterschmalz in einer großen Pfanne stark erhitzen und darin die falschen Koteletts von beiden Seiten goldbraun braten. Anschließend die Koteletts bei mittlerer Hitze noch etwa zehn Minuten garen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, würfeln, in Salzwasser kochen, abgießen und stampfen. Die Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Die Möhren ebenfalls schälen und würfeln. Die Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Die Butter in einem Topf erhitzen und darin die Zwiebeln hell anbräunen. Anschließend den Fond hinzufügen, köcheln lassen und die Möhren darin gar dünsten. Das Ganze mit Salz, Pfeffer, Zucker, Muskatabrieb, Essig und Senf abschmecken und mit der Sahne und der Petersilie verfeinern. Abschließend die gestampften Kartoffeln unterheben. Das falsche Kotelett mit den Möhren auf Tellern anrichten und servieren

Ulli Dellwig am 15. August 2011

# Filet-Topf mit Kroketten und Karotten-Salat

## Für 2 Personen

1 Schweinelende, à 300 g	200 g mehligk. Kartoffeln, groß	4 weiße Champignons, klein
5 Karotten	1 Apfel	3 Eier
50 g geriebener Emmentaler	2 EL Mehl	Mehl
1 altes Brötchen vom Vortag	100 ml Sahne	100 g Crème-fraîche
1 EL Tomatenmark	1 TL mittelscharfer Senf	2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Kräuteressig	Butterschmalz	Zitronensaft
1/2 Bund Schnittlauch	Paprikapulver	Muskatnuss
Zucker	schwarzer Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und die Kartoffeln darin gar kochen. Im Anschluss die Schweinelende waschen und trocken tupfen, dann in Scheiben schneiden. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und kurz in der Pfanne mit etwas Butterschmalz anbraten. Anschließend in die gefettete Auflaufform geben. Die Champignons putzen, klein schneiden und in der Auflaufform schichten. Eine Karotte schälen, von den Enden befreien und die Hälfte klein schneiden. Das Tomatenmark, die Sahne, die Crème fraîche und die Karotte dazugeben. Alles mit dem Emmentaler bestreuen und anschließend für 15 bis 20 Minuten in den Backofen geben. Für die selbstgemachten Kroketten die Kartoffeln klein schneiden und durch die Kartoffelpresse drücken. Danach zwei Eier aufschlagen und trennen. Eineinhalb Eigelb mit dem Kartoffelstampf vermengen und noch eineinhalb Esslöffel Mehl hinzufügen. Mit Salz und einer Prise geriebener Muskatnuss abschmecken. Das Ganze zu einer etwa zwei Zentimeter dicken Rolle formen und in etwa vier Zentimeter lange Stücke schneiden. Das Brötchen reiben und auf einen Teller geben. Das restliche Ei aufschlagen und verquirlen. Anschließend die Kroketten zuerst im Mehl, dann im Ei und anschließend in den Brotkrumen wenden. Die Kroketten in heißem Butterschmalz schwimmend goldbraun frittieren. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Für den Karottensalat die restlichen Karotten und den Apfel schälen. Die Äpfel halbieren und vom Kerngehäuse trennen. Anschließend die Karotten und die Äpfel fein raspeln. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und einen halben Bund Schnittlauch, das Sonnenblumenöl, den Kräuteressig, den Senf und etwas Zitronensaft hinzufügen und den Salat gut vermengen. Den Lendentopf mit den selbstgemachten Kroketten und dem Karottensalat auf Tellern anrichten und servieren.

Elke Schäfer am 31. Januar 2012

# Frittierter Schweine-Nacken mit Teriyaki-Soße

## Für zwei Personen

300 g Schweinenacken in Scheiben	250 g mehligk. Kartoffeln	1 gelbe Paprikaschote
1 rote Paprikaschote	1 Schalotte	2 Knoblauchzehen
2 Zweige Thymian	2 Zweige glatte Petersilie	1 Muskatnuss
50 g Butter	70 g Zucker	1 TL Speisestärke
150 ml Milch	1 EL dunkler Balsamico	60 ml Mirin (süßer Reiswein)
60 ml Sojasoße	60 ml Wasser	120 ml Geflügelfonds
Olivenöl, Öl	Salz, Pfeffer	

Die Paprika waschen, vierteln und Kerngehäuse entfernen. Die Schalotte abziehen und zusammen mit der Paprika fein würfeln. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen, die Paprikawürfel hinzugeben und zusammen anschmoren. Die Knoblauchzehen abziehen und grob hacken, die Thymianblättchen abzupfen. Beides mit in die Pfanne geben und weiter schmoren, bis eine dickflüssige Konsistenz erreicht ist. Anschließend mit dunklem Balsamico ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Petersilienblätter abzupfen, hacken und unter die Salsa rühren. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in etwa zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Die Speisestärke in eine Schüssel geben und das Fleisch darin wenden. Das Öl in der Friteuse erhitzen und die Fleischwürfel circa fünf Minuten fritieren. Für das Püree die Kartoffeln schälen, grob würfeln und in Salzwasser 25 Minuten gar kochen. Die Kartoffeln abgießen und noch heiß stampfen. Die Milch erwärmen, dazugeben und alles mit 50 Gramm Butter verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den Mirin in einem Topf erhitzen und aufkochen. Den Geflügelfond, Sojasoße und Wasser dazugeben. Die Flüssigkeit erneut aufkochen und den Zucker hinzufügen, rühren bis dieser vollständig aufgelöst ist. Alles etwa zwei Minuten kochen lassen. Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren, zur Soße geben und wieder aufkochen lassen. Zum Schluss die frittierten Fleischwürfel mit der Paprikasalsa, dem Kartoffelstampf und der Teriyakisauce auf einem Teller anrichten.

Stefan Gehrke am 22. November 2012

## Gedämpftes Schweine-Filet mit Spätzle und Fenchel

### Für 2 Personen

400 g Schweinefilet	20 g Blattspinat	1 Zwiebel
1 Zitrone	2 Fenchelknollen, klein	2 Eier
3 Zweige Thymian	3 Zweige Majoran	250 ml Gemüsefond
100 ml Weißwein	100 ml Sahne	100 g Mehl
100 g Butter	1 Muskatnuss	Sonnenblumenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Das Mehl mit den Eiern vermengen. Den Spinat mixen und in den Teig geben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen und den Teig schlagen, bis sich Blasen bilden. Anschließend den Teig etwas ruhen lassen. Die Zwiebel in dem Dampfgartopf anbraten. Den Gemüsefond und den Weißwein dazugeben. Die Zitrone auspressen und ebenfalls dazugeben. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Den Fenchel in einem Dampfgarer garen. Das Schweinefilet in Sonnenblumenöl anbraten. Den Thymian und den Majoran in den Dampfgarer geben und das Schweinefilet dazugeben. Den Spätzleteig in einen Spätzlehobel geben und Spätzle in einen Topf mit Salzwasser hobeln. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Spätzle darin schwenken. Das Schweinefilet auf einem Teller anrichten. Den Fenchel und die Spätzle dazugeben und servieren.

Eberhard Höhn am 15. Februar 2012

## Gefülltes Schweine-Filet Hamburger Art

### Für zwei Personen

300 g Schweinefilet im Stück	250 g frische Bandnudeln	50 g getrocknete Pflaumen
150 g grüne Bohnen	1 Apfel	2 Zweige Thymian
1 TL Kümmelpulver	2 Zweige Rosmarin	1 TL Majoran, getrocknet
1 Lorbeerblatt	2 EL Butterschmalz	1 Prise Zucker
1 Prise Chiliflocken	1 Prise Thymian, gerebelt	1 Muskatnuss
Salz, schwarzer Pfeffer		

Die Pflaumen in feine Streifen schneiden. Den Apfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen, in Würfel schneiden und mit den Pflaumen mischen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und der Länge nach einschneiden, aber nicht durchschneiden. Das Schweinefilet aufklappen und mit Salz, Pfeffer, gerebeltem Thymian, Rosmarin, zermahlenem Kümmel und Majoran würzen. Drei Viertel der Apfel-/Pflaumenmischung darauf verteilen. Das Filet zusammenklappen und mit den Holzspießchen zusammenstecken oder mit Küchengarnt zubinden. Das Schweinefilet von außen mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Topf Butterschmalz heiß werden lassen und das Filet darin von allen Seiten anbraten. Die restliche Füllung, den frischen Thymian und 250 ml Wasser angießen und zum Kochen bringen. Mit Salz, Chili und einer Prise Zucker abschmecken. 20 Minuten bei geringer Wärmezufuhr zugedeckt schmoren. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen und die Bandnudeln darin garen. Das Schweinefilet schräg in Scheiben schneiden und mit den Bandnudeln auf einem Teller anrichten. Mit der Soße garnieren und servieren.

Anne-Lene Kaiser am 14. Mai 2012

## Gefülltes Schweine-Filet mit Servietten-Knödel

### Für zwei Personen

1 Schweinefilet, à 500 g	100 g Toastbrot	100 g Blattspinat
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Ei
2 EL Sauerrahm	75 g Crème-fraîche	1 TL Senf
50 ml Weißwein	75 ml Gemüsefond	2 EL weiche Butter
1 TL Butterschmalz	Salz, Pfeffer	

Einen Topf mit Wasser füllen und zum Kochen bringen. Das Toastbrot in Würfel schneiden. Die Würfel zusammen mit der Butter, dem Sauerrahm und dem Ei in einer Schüssel gut vermischen. Die Masse mit Hilfe von Frischhaltefolie zu einer Rolle formen. Die Rolle in Alufolie wickeln, in das kochende Wasser geben und darin circa 20 Minuten gar ziehen lassen. Wasser in einem weiteren Topf zum Kochen bringen. Den Blattspinat waschen, in das kochende Wasser geben, zwei Minuten blanchieren und unter kaltem Wasser abschrecken. Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Den Spinat ausdrücken und mit Salz, Pfeffer und dem Knoblauch vermengen. Das Filet waschen, trocken tupfen und mit dem Kochlöffel ein Loch hineinstechen. Die Spinatmischung in das Loch füllen, das Filet von allen Seiten salzen und pfeffern. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Filet darin rundherum anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, in eine kleine Auflaufform legen, mit 25 Millilitern Gemüsefond auffüllen und für zwanzig Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Die Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte fein hacken. Die Zwiebelwürfel in dem Bratenrückstand des Filets zusammen mit einem Esslöffel Butter anschwitzen. Den Senf zugeben und mit dem Weißwein, sowie dem restlichen Fond ablöschen. Alles einkochen lassen. Die Crème-fraîche unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen. Die Knödel aus dem Wasser nehmen, von der Folie befreien und in Scheiben schneiden. Das Filet zusammen mit den Knödeln auf einem Teller anrichten. Die Soße über das Fleisch geben und servieren.

Rosi Bauer am 04. Oktober 2012

# Gefülltes Schweine-Schnitzel mit grünem Spargel, Spätzle

## Für zwei Personen

4 Scheiben Schweinerückenfilet	70 g Kalbsbrät	5 g schwarzer Trüffel
200 g grüner Spargel	1 unbehandelte Zitrone	1 unbehandelte Orange
1 Stängel glatte Petersilie	3 Eier	200 g Mehl
1 EL Puderzucker	1 EL Weizengrieß	3 EL kalte Butter
2 EL Sahne	100 ml Gemüsefond	2 EL Sherry
Öl, Pfeffer, Salz		

Für die Spätzle in einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Aus dem Mehl, den Eiern sowie dem Grieß einen Teig herstellen und etwas ruhen lassen. Anschließend mit Hilfe des Spätzlehobels den Teig in das Wasser schaben und die Spätzle kochen lassen, bis sie an die Wasseroberfläche steigen. Anschließend die Spätzle abschöpfen. Den Trüffel unter kaltem Wasser gründlich säubern und anschließend fein reiben. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Zitrone halbieren und etwas Schale abreiben. Das Kalbsbrät mit etwas Sahne glattrühren, dann Trüffel, Petersilie und einen halben Esslöffel geriebene Zitronenschale dazugeben und vermengen. Die Schweinerückenscheiben waschen, trocken tupfen und zwischen zwei Lagen geölter Frischhaltefolie sehr dünn klopfen. Das Kalbsbrät auf das Fleisch streichen und die Schweinerückenscheiben zusammenklappen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten bei mittlerer Hitze insgesamt circa drei Minuten darin braten. Die Schweinerückenscheiben anschließend aus der Pfanne nehmen. Den Bratenansatz mit dem Sherry ablöschen. Anschließend 40 Milliliter Fond und die restliche Sahne dazugeben. Einen Esslöffel Butter in der Soße schmelzen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen anschließend dritteln und gegebenenfalls längs halbieren. In einer Pfanne den Puderzucker karamellisieren, den Spargel hinzugeben und mit dem restlichen Fond angießen. Das Gemüse circa sechs Minuten bissfest garen. Anschließend einen Esslöffel Butter dazugeben. Die Orange halbieren und etwas Schale reiben. Anschließend etwas Zitronen- sowie Orangenschale zu dem Spargel geben und das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Die Spätzle in einer Pfanne mit der restlichen Butter schwenken. Das gefüllte Schweineschnitzel mit dem grünen Spargel und den selbstgemachten Spätzle auf Tellern anrichten, mit der Soße beträufeln und servieren.

Helga Fischer am 11. Juli 2012



## Gemüse-Bandnudeln mit Schweine-Filet

### Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	150 g Nudeln	1 grüne Paprika
1 gelbe Paprika	1 rote Paprika	1 Zucchini
100 g weiße Champignons	1 Gemüsezwiebel	100 ml trockener Weißwein
Sonnenblumenöl	300 ml Gemüsefond	100 ml Sahne
100 g Schmelzkäse	1 EL Mehl	1 Bund glatte Petersilie
schwarzer Pfeffer, Salz		

Den Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Nudeln darin al dente kochen. Die Zucchini und die jeweiligen Paprikaschoten waschen, gut abtupfen, von dem Kerngehäuse befreien und würfeln. Jeweils die Hälfte der Zucchini und der jeweiligen Paprikaschoten in eine Pfanne mit etwas Öl geben. Die Champignons putzen und klein scheiden. Ebenfalls in eine Pfanne geben. Die Gemüsezwiebel abziehen und klein hacken und ebenfalls in die Pfanne hinzugeben. Das Ganze anbraten. Nach circa zehn Minuten die Nudeln aus dem heißen Wasser in ein Sieb geben und zusammen mit dem fertigen Gemüse vermischen. Das Ganze mit Salz und frischem Pfeffer würzen und gegebenenfalls noch warm stellen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, mit etwas Salz und frischem Pfeffer würzen und von beiden Seiten kurz anbraten. Bei niedrigerer Temperatur circa fünfzehn Minuten weiter braten. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln und im Ofen warmhalten. Den Bratensatz in der Pfanne mit dem Weißwein und der Sahne ablöschen. Den Gemüsefond hinzugeben und das Ganze circa zwei Minuten köcheln lassen. Anschließend den Schmelzkäse untermischen, abschmecken und gegebenenfalls die Soße mit einem Esslöffel Mehl andicken, sodass eine sämige Konsistenz entsteht. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen. Die Gemüsebandnudeln mit dem Schweinefilet auf Tellern anrichten, mit etwas Petersilie garnieren und servieren.

Christina Antoniou am 30. Mai 2012

## Jäger-Schnitzel mit Käse-Spätzle

### Für zwei Personen

2 Schweine-Schnitzel à 200 g	30 g Räucherspeck	500 g frische Champignons
250 g Mehl	4 Eier	2 Zwiebel
2 Bund glatte Petersilie	200 g Emmentaler	250 g Quark
325 ml Sahne	125 ml Gemüsebrühe	200 ml Milch
Butter	1/2 TL getr. Thymian	Butterschmalz
Mehl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Schweineschnitzel waschen, trocken tupfen und dünn klopfen. Mit Salz und Pfeffer großzügig würzen und in einer Pfanne von beiden Seiten in Butterschmalz braten. Die Schnitzel aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die Champignons in Scheiben schneiden unter Rühren in der Pfanne so scharf anbraten, Anschließend die Champignons aus der Pfanne nehmen. Eine Zwiebel abziehen und klein schneiden. Den Speck würfeln und beides zusammen in einer Pfanne andünsten. Die Champignons wieder dazugeben und mit etwas Mehl bestäuben. Den Gemüsefond und 125 Milliliter Sahne dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und dem getrockneten Thymian abschmecken. Die Schweineschnitzel in die Champignonsoße geben und mit der Petersilie vermengen. Das Mehl, den Quark, die Eier und eine Prise Mehl miteinander vermengen. Den Teig schlagen, bis er Blasen wirft. Einen Topf mit Salzwasser aufstellen und zum Kochen bringen. Den Teig in einen Spätzlehobel geben und die Spätzle direkt in das Wasser reiben. Sobald die Spätzle an der Wasseroberfläche schwimmen, sind sie gar und können abgeschüttet werden. Die restliche Zwiebel abziehen und klein schneiden. Den Emmentaler reiben. Die Petersilie hacken. Butter in eine Pfanne geben und die Zwiebeln darin dünsten. Die Zwiebeln mit der Sahne ablöschen. Die Petersilie dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hälfte des Emmentaler dazugeben. Anschließend ebenfalls die Spätzle dazugeben. Die Spätzle mit der Soße in eine Auflaufform geben und den restlichen Käse drüber streuen. Die Spätzle in den Backofen geben und gratinieren. Das Jägerschnitzel auf einem Teller anrichten und die Käsespätzle dazugeben

Sandra Karch am 12. März 2012

## Kottu Roti

### Für 2 Personen

200 g Schweinekotelett	1 Roti-Fladen	2 Eier
1 Karotte	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 grüne Chilischote	30 Curryblätter	3 g Bockshornkleesamen
3 g Senfsamen	3 g Fenchelsamen	20 g Tomatenmark
1 Prise scharfes Currypulver	Milch	Sonnenblumenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Sonnenblumenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel abziehen und kleinhacken und zusammen mit zwei Gramm Bockshornkleesamen, drei Gramm Senfsamen, drei Gramm Fenchelsamen und drei Curryblättern in den Topf geben und mit einer Prise Salz anrösten. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in kleine Stücke schneiden. Anschließend das Fleisch mit in den Topf geben und braten. Wenn das Fleisch gar ist, das Currypulver beimengen und anrösten. Daraufhin 50 Milliliter heißes Wasser und das Tomatenmark untermischen. Die Sauce köcheln lassen, nach 15 Minuten etwas Milch hinzugeben und anschließend den Topf vom Herd nehmen. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die übrigen Bockshornkleesamen, Fenchelsamen, Senfsamen und Curryblätter dazugeben und anrösten. Anschließend die Eier hinzugeben, braten und zerstückeln. Die Karotte schälen und klein schneiden. Die grüne Chili entkernen und dann zusammen mit der Karotte in die Pfanne geben. Anschließend die Knoblauchzehe schälen, zerkleinern und ebenfalls dazugeben. Alles kurz braten, das Fleisch hinzufügen und alles gut vermengen. Die Roti in mundgerechte Stücke schneiden und mit in die Pfanne geben, nochmals gut vermengen, dann fünf Minuten bei geschlossenem Deckel ruhen lassen und mit Pfeffer abschmecken. Auf einem Teller übersichtlich anrichten und servieren.

Andreas Jeyarajah am 24. Oktober 2011

## Lamm-Koteletts, Kartoffel-Püree, lauwarmer Bohnen-Salat

### Für 2 Personen

8 Lammstielkoteletts	400 g mehlig Kartoffeln	400 g Brechbohnen
2 Knoblauchzehen	2 Schalotten	200 g Butter
200 ml Kondensmilch	250 ml Lammfond	1 EL weißer Balsamicoessig
1 Prise Zucker	1 Muskatnuss	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	Pflanzenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Die Kartoffeln schälen und in einem Topf mit Salzwasser etwa 20 Minuten kochen. Die Bohnen von den Enden befreien, waschen und ebenfalls in Salzwasser etwa vier Minuten gar kochen. Anschließend abseihen und mit Eiswasser abschrecken. Die Schalotten abziehen, klein schneiden und mit drei Esslöffeln Öl, dem Essig sowie einem Drittel Sahne vermengen und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce über die Bohnen geben und damit marinieren. Die Kartoffeln abgießen, 150 Gramm Butter und die übrige Sahne dazugeben, das Ganze zu Kartoffelpüree zerstampfen und mit Muskatabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend warmstellen. Die Lammkoteletts waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Öl kräftig von allen Seiten anbraten. Anschließend den Lammfond mit den Kräutern und der Knoblauchzehen in die Pfanne geben und die Koteletts mit der Butter darin ziehen lassen. Die Lammkoteletts mit dem Kartoffelpüree und dem lauwarmem Bohnensalat auf Tellern anrichten und servieren.

Annette Bellersheim-Schaefer am 15. August 2011

# Linzer Schnitzel mit Kartoffel-Vogerl-Salat

## Für zwei Personen

2 Schweineschnitzel	10 mehlig, kleine Kartoffeln	1 altbackenes, dunkles Brötchen
1 Schälchen Feldsalat	1 Zitrone	1 Zwiebel
1 Bund glatte Petersilie	gemahlener Knoblauch	50 g Sesamkörner
50 g Kürbiskerne	100 g Mehl	Zucker
200 ml Gemüsefond	25 ml Kürbiskernöl	25 ml Apfelessig
1 Ei	Butterschmalz	schwarzer Pfeffer
Salz		

Wasser mit etwas Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Die Kartoffeln unter fließendem Wasser gründlich säubern und in dem Salzwasser garen lassen. Das Schnitzel waschen, trocken tupfen, zwischen Klarsichtfolie legen und gleichmäßig dünn klopfen. Anschließend die Folie entfernen, das Schnitzel auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und mehlieren. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und klein hacken. Das Ei aufschlagen, verquirlen und die gehackte Petersilie dazugeben. Das Schnitzel in der Ei-Petersilie-Masse einlegen. Die Kürbiskerne grob hacken. Das altbackene Brötchen klein reiben, sodass Semmelbrösel entstehen. Die gehackten Kürbiskerne mit den Semmelbröseln und den Sesamkörnern gut vermischen. Das Schnitzel aus dem Ei heben und in dieser Mischung panieren. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Schnitzel darin anbraten. Anschließend das Schnitzel aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Zitrone halbieren, den Saft auspressen und diesen auf das Schnitzel geben. Für die Vinaigrette den Fond in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel abziehen, klein hacken und in den Fond geben. Knoblauch hinzugeben. Den Apfelessig in den Fond geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze einmal aufkochen lassen. Den Feldsalat gründlich waschen und trocknen. Die gegarten Kartoffeln abgießen, schälen und mit dem heißen Fond übergießen. Die Kartoffeln werden für den Kartoffel-Vogerl-Salat beim Servieren mit der Vinaigrette auf den Feldsalat gebettet. Das Linzer Schnitzel mit dem Kartoffel-Vogerl-Salat auf einem Teller anrichten und servieren.

Elke Alexandra Kammerer am 05. März 2012

# Möhren durcheinander mit Schweine-Medaillons

## Für 2 Personen

2 Schweinsfilets a 200g	250 g große Kartoffeln, mehlig	250 g Möhren
0,5 l Gemüsefond	2 EL Mehl	200 g Crème-fraîche
2 El Butter	2 EL Kondensmilch	2 TL Kurkumapulver
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Die Kartoffeln schälen und klein schneiden, in dem Fond in einem Topf zum Kochen bringen. Die Möhren putzen, schälen, in Stücke schneiden und zu den Kartoffeln geben. Das gekochte Gemüse und die Kartoffeln grob zerstampfen, eventuell noch etwas Brühe hinzufügen. Anschließend die Crème-fraîche dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Kurkuma abschmecken. Eine Mischung aus dem Mehl, Salz und Pfeffer anmischen. Das Fleisch in vier gleichgroße Stücke schneiden, leicht klopfen, mit Kondensmilch befeuchten und in der Mehl-Mischung wenden. Danach in einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten knusprig braten. Anschließend die Hitze zurückdrehen, die Butter zugeben und die Medaillons fertig braten. Das Möhrengemüse und das Fleisch auf einem Teller anrichten und das Fleisch noch mit dem Bratfett begießen.

Ingrid Müller am 15. Februar 2011

# Mediterranes Schweine-Filet mit Feldsalat und Baguette

## Für zwei Personen

500 g Schweinefilet	1 Baguette	100 g Feldsalat
10 Kirschtomaten	4 Lauchzwiebeln	2 Knoblauchzehen
2 Zweige Oregano	3 Zweige Rosmarin	250 g Schafskäse
80 g Parmesankäse	250 ml Sahne	100 ml Gemüsefond
1 EL Weißweinessig	1 EL dunkler Balsamicoessig	50 ml Olivenöl
Öl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. 180 Gramm Schafskäse in Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Den Rosmarin sowie den Oregano waschen und trocken schütteln. Anschließend die Blätter abzupfen und grob hacken. Nun das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und aufschneiden. Mit dem Schafskäse füllen. Dann fünf Tomaten sowie etwas Oregano und Rosmarin dazugeben. Das Fleisch salzen und pfeffern und mit den Rouladennadeln verschließen. Eine Knoblauchzehe abziehen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und den Knoblauch sowie etwas Rosmarin hineingeben. Das Schweinefilet in der Pfanne leicht anbraten, herausnehmen und im Ofen ziehen lassen. Die Lauchzwiebel putzen, waschen und die Wurzelansätze entfernen. Dann in feine Ringe schneiden und im Bratensud des Schweinefilets anbraten. Mit der Sahne aufgießen. Anschließend den übrigen Schafskäse zerbröckeln und hinzufügen. Die Soße zum Kochen bringen und bei mittlerer Hitze etwa vier Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer sowie Rosmarin und Oregano abschmecken. Das Ganze pürieren. Abschließend die übrigen Tomaten hinzufügen. Eine weitere Knoblauchzehe abziehen und pressen. Von dem Baguette etwa vier Scheiben abschneiden. Die Baguettescheiben mit etwas Olivenöl sowie dem Knoblauch einreiben und etwa drei Minuten mit dem Fleisch im Ofen knusprig backen lassen. Den Feldsalat waschen und putzen. Den Parmesan reiben. Aus 50 Millilitern Olivenöl, dem Weißweinessig sowie dem dunklen Balsamicoessig eine Vinaigrette herstellen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eventuell mit dem Gemüsefond abrunden. Den Salat mit der Vinaigrette beträufeln und mit etwas Parmesan bestreuen. Das Fleisch und die Baguettescheiben aus dem Ofen nehmen. Das gefüllte Schweinefilet mit dem Feldsalat und den Baguettescheiben auf Tellern anrichten und servieren.

Fränze Ludwig am 25. Juni 2012

## Meerrettich-Schweine-Fleisch mit Semmelknödeln

### Für zwei Personen

500 g Schweinebauchfleisch	1 Meerrettichwurzel	2 Bund Suppengrün
2 Zwiebeln	400 g Semmelwürfel	200 g Mehl
1 Bund Petersilie	2 Lorbeerblätter	10 schwarze Pfefferkörner
1 Ei	250 g Milch	125 ml Weißweinessig
3 EL Sonnenblumenöl	Salz, schwarzer Pfeffer	

Einen Topf mit Salzwasser erhitzen. Das Schweine-Fleisch waschen und trocken tupfen. Anschließend das Fleisch zusammen mit dem Weißweinessig, den Lorbeerblättern und den Pfefferkörnern in das Salzwasser geben und weich kochen lassen. Das Suppengrün putzen, waschen und fein schneiden. Die Zwiebel abziehen, klein hacken und zusammen mit dem Suppengrün zum Fleisch geben und alles noch etwas weiter kochen. Einen weiteren Topf mit Salzwasser aufsetzen. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken. Die Semmelwürfel mit dem Sonnenblumenöl beträufeln, eine Prise Salz dazugeben und mit der gehackten Petersilie vermengen. Die Milch und das Ei verquirlen und über die Semmelbrösel geben. Die Masse etwas stehen lassen, damit die Semmelwürfel die Feuchtigkeit aufnehmen können. Dann die Knödelmasse mit dem Mehl vermengen. Aus dem Teig kleine Knödel formen und im siedenden Salzwasser ziehen lassen. Den Meerrettich waschen, schälen und abreiben. Das Fleisch zusammen mit dem Wurzelgemüse und den Semmelknödeln auf einem Teller anrichten. Mit etwas Sud übergießen, mit dem geriebenen Meerrettich bestreuen und servieren.

Peter Tscherwizek am 19. Juli 2012

## Nasi rames, Sambal-goreng-Bohnen, Tempeh goreng

### Für 2 Personen

300 g Schweinefilet	100 g Nordseekrabben	200 g Tempeh
200 g weißer Reis	3 Zwiebel	2 Knoblauchzehe
300 g Brechbohnen	250 ml Geflügelfond	100 g Kokosraspeln
1 Zitronengras	1/2 Bund Koriander	1 indonesische Lorbeerblatt
100 ml süße Sojasauce	1 TL Ingwerpulver	5 cm Ingwer
5 cm Galgant	1 Chilipfeffer, rot	Sonnenblumenöl
1 TL Sambal Olek	50 g Palmzucker	2 EL Sambal Djeruk
3 Krupuk	100 g indonesische Mixed pickels	100 g Seroendeng
3 TL Sambal Olek	Korianderpulver	Sonnenblumenöl
Salz, schwarzer Pfeffer		

Den Reis gar kochen. 500 Milliliter Wasser mit dem Geflügelfond erhitzen. Das indonesische Lorbeerblatt, das Zitronengras und die Hälfte des Galgant dazugeben. Die Brechbohnen von den Enden befreien und dazugeben. Eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und klein schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch in einer Pfanne anbraten. Den Chilipfeffer dazugeben. Die Bohnen abtropfen lassen und anschließend zu den Zwiebeln geben. Die Garnelen dazugeben und vermengen. Die Kokosraspeln ebenfalls dazugeben. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in kleine Stücke schneiden. Eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und klein schneiden und in einer Pfanne anbraten. Die Sojasoße dazugeben. Den Ingwer klein schneiden und ebenfalls dazugeben. Den Galgant ebenfalls dazugeben. Das Schweinefilet darin anbraten. Etwas Wasser dazugeben und einkochen lassen. Zum Schluss mit dem Korianderpulver würzen. Den Tempeh würfeln und mit Salz würzen. Die letzte Zwiebel abziehen und klein schneiden. Das Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und Tempeh darin anbraten. Einen Löffel Sambal Olek dazugeben. Den Reis mit dem Sambal Goreng Bohnen, Babi ketjap und Tempeh goreng auf einem Teller anrichten und servieren.

Herman Haak am 04. Juni 2012

## Niederrheinisches Labskaus

### Für zwei Personen

300 g Kasseler vom Schweinelachs	200 g Corned Beef	2 Matjesdoppelfilets
200 g Kartoffeln, mehlig	2 Rote Bete-Knollen, vorgegart	2 rote Zwiebeln
2 Gewürzgurken	2 Eier	50 g Butter
2 EL Margarine	100 ml Fleischfond	150 ml Sahne
Öl, Salz, Pfeffer, schwarz		

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in dem kochenden Wasser gar kochen. Die Zwiebeln abziehen und klein hacken. Das Kasseler in kleine Würfel schneiden. Die Gewürzgurken halbieren, das Kerngehäuse und die Schale entfernen und fein würfeln. Eine Gewürzgurke für die Garnitur beiseite legen. Die Rote Bete ebenfalls in kleine Würfel schneiden und circa vier dünne Scheiben ebenfalls für die Garnitur beiseite legen. In einer Pfanne das Öl erhitzen. Die Zwiebeln und die Gurke in die Pfanne geben und scharf anbraten. Danach mit dem Fond ablöschen und köcheln lassen. Anschließend die Rote Bete auch in die Pfanne geben und alles zusammen für fünf Minuten weiterköcheln lassen. Mit dem Kartoffelstampfer die Masse etwas klein drücken. Eine weitere Pfanne mit Öl erhitzen. Die Matjesfilets säubern und die restlichen Gräten entfernen. Die Kartoffeln abgießen und mit etwas Sahne und der Butter zu einem groben Püree stampfen. Die Kasselerwürfel in der Pfanne kurz anrösten. Anschließend die Rote-Bete-Masse mit dem Sud zu dem Kasseler geben und umschwenken. Das Kartoffelpüree unterheben. Mit dem Salz und dem Pfeffer abschmecken. Die zwei Eier in einer Pfanne mit der Margarine aufschlagen und langsam zu Spiegeleiern braten. Mit dem Salz und dem Pfeffer würzen. Das Labskaus auf Tellern anrichten. Jeweils ein Spiegelei und ein Matjesfilet zu dem Labskaus geben und das Ganze mit den Rote Bete-Scheiben und Gurkenstreifen dekorieren. Alles zusammen servieren.

Reiner-Volker Schunert am 23. April 2012

## Nudeln mit Schweine-Filet, Steinpilzen und Minze

### Für zwei Personen

200 g Schweinefilet	300g frische Steinpilze	300g Mehl
3 Eier	2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
1 Bund frische Minze	200 g Crème-fraîche	Olivenöl
Mehl, Salz, Pfeffer		

In einer Schüssel das Mehl mit etwas Salz vermengen. Die Eier und einige Tropfen Olivenöl hinzugeben. Die Zutaten zu einem glatten Teig verkneten und diesen bei Zimmertemperatur etwa 20 Minuten ruhen lassen. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Die Steinpilze feucht abreiben und in kleine Scheiben schneiden. Die Minze waschen und fein hacken. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Nacheinander Knoblauch, Schweinefilet und Pilze hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Nudelteig mit der Nudelrolle dünn ausrollen und durch die Nudelmaschine wälzen, bis die gewünschte Teigdicke erreicht ist. Mit der Nudelmaschine Nudeln schneiden. Die Nudeln in dem Salzwasser gar kochen. Anschließend die Nudeln unter die Steinpilze heben. Die Minze, Crème-fraîche und etwas Olivenöl dazugeben. Die Nudeln mit dem Schweinefilet, den Steinpilzen und Minze auf einem Teller anrichten und servieren.

Christoph Eiglsperger am 08. Oktober 2012



# Paniertes Kamm-Kotelett mit Bratkartoffeln und Feld-Salat

## Für zwei Personen

2 Schweinekammkoteletts à 200 g	2 festk. Kartoffeln, groß	1 Zwiebel
1 Schalotte	100 g Feldsalat	1 Ei
4 EL Weizenmehl	100 g Paniermehl	1 EL scharfer Dijon-Senf
4 EL Butterschmalz	2 EL Sonnenblumenöl	2 EL Walnussöl
1 EL weißer Balsamico-Essig	1 EL Crème double	3 EL Milch
Salz, schwarzer Pfeffer		

Drei Teller bereitstellen. In einem Teller das Ei mit Salz, Pfeffer und der Milch verquirlen, in einem das Mehl geben und in den dritten Teller das Paniermehl. Die Koteletts waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Koteletts in dem Mehl, anschließend in dem Ei und daraufhin in dem Paniermehl wenden. Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden, unter fließendem Wasser abbrausen und trockentupfen. Die Zwiebel abziehen und in dicke Würfel schneiden. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und Koteletts darin von beiden Seiten bei mittlerer Hitze braten. In einem Bräter das Sonnenblumenöl erhitzen, die Kartoffeln dazugeben und die Hitze reduzieren. Nach zehn Minuten die Zwiebeln dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Kartoffeln weiterbraten. Das Walnussöl mit dem weißen Balsamico, Salz und Pfeffer verrühren. Die Schalotte abziehen, klein schneiden und zu der Vinaigrette geben. Den Feldsalat waschen und mit der Vinaigrette marinieren. Die panierten Koteletts auf einem Teller anrichten. Die Bratkartoffeln und den Feldsalat dazugeben. Mit dem Senf garnieren und servieren.

Albert Lachaussee am 16. April 2012

## Paniertes Schweine-Filet mit Kartoffel-Salat

### Für zwei Personen

200 g Schweinefilet	10 kleine festk. Kartoffeln	3 Babykarotten
50 g Mais	50 g Erbsen	50 g Prinzessbohnen
1 Zucchini	1 Stange Porree	1 Zwiebel
1 Zitrone	1/4 Bund Schnittlauch	2 Zweige Basilikum
2 Zweige glatte Petersilie	1 EL Weißweinessig	1EL mittelscharfer Senf
1 Prise Zucker	3 EL Kürbiskernöl	1 Ei
1 EL Kräuterbutter	100 g Vollkorn-Paniermehl	50 g Mehl
Butter, Pflanzenöl	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Kartoffeln waschen und in einem Topf mit Salzwasser garkochen. Das Schnitzelfleisch waschen und trocken tupfen, dann mit Salz und Pfeffer würzen. Ein Ei aufschlagen und verquirlen. Anschließend das Schnitzel erst in Mehl, dann im Ei und zuletzt im Paniermehl wenden Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und das Schnitzel darin anbraten. Anschließend im Ofen warm halten Die Zwiebeln abziehen und klein hacken. Die Babykarotten und den Porree klein schneiden. Die Babykarotten, den Mais, die Erbsen und die Prinzessbohnen vermischen. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die gehackte Zwiebel und den Porree darin andünsten. Die Zucchini halbieren und eine Hälfte klein schneiden. Die zweite Hälfte wird nicht benötigt. Das gemischte Gemüse hinzufügen und garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Schnittlauch, das Basilikum und die Petersilie waschen und klein hacken. Für das Dressing des Kartoffelsalates den Essig, das Kürbiskernöl, den Senf, den gehackten Schnittlauch, Basilikum und Petersilie mit einer Prise Zucker mischen. Die Schale der Kartoffeln abziehen, in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Schließlich das Dressing darüber geben und mit den Kartoffeln vermischen. Zitrone in Scheiben schneiden und diese halbieren. Die Kräuterbutter zu dem Gemüse geben und nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Schnitzel mit dem Kartoffelsalat, dem Buttergemüse und einer Zitronenscheibe auf Tellern anrichten und servieren.

Marvin Sekyere am 27. August 2012

## Party-Filet mit Champagner-Risotto

### Für 2 Personen

1 Schweinefilet a 200g	200 g Vialone-Reis	4 Scheiben Frühstücksspeck
100 g geriebener Parmesan	1 Gemüsezwiebel	3 Zweige Rosmarin
300 ml Schlagsahne	2 EL Tomaten-Ketchup	3 EL Cognac
100 ml Olivenöl	750 ml Champagner	500 ml Rinderbrühe
150 g Knoblauchfrischkäse	Paprikapulver	Salz
Pfeffer		

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in vier gleichmäßig dicke Medaillons schneiden. Den Rosmarin fein hacken. Die Filets mit einem Teelöffel Paprika, dem Rosmarin, Salz und Pfeffer würzen. Die Medaillons je mit einer Scheibe Frühstücksspeck umwickeln. Die Medaillons in eine Auflaufform geben und im Backofen 20 Minuten backen. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Anschließend in einem Topf mit dem Olivenöl anschwitzen, den Vialone-Reis dazugeben und mit anschwitzen. Anschließend nach und nach mit dem Rinderfond ablöschen. Das Risotto 20 Minuten quellen lassen und währenddessen immer wieder etwas Champagner dazugeben. Den Parmesan reiben. Zum Schluss den Frischkäse und den Parmesan zu dem Risotto geben. Die Sahne schlagen und mit dem Tomatenketchup und dem Cognac vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sahnemasse über die Filets gießen. Die Schweinefilets auf einem Teller anrichten, das Risotto dazugeben und servieren.

Patrick Kuhn am 10. Januar 2011

## Party-Filets mit Mandel-Butter-Brokkoli und Wild-Reis

### Für 2 Personen

400 g Schweinefilet	100 g Wildreis	6 Scheiben Frühstücksspeck
200 g Brokkoli	60 g Butter	50 g Mandelplättchen
1 Zweig gekräuselte Petersilie	2 TL Paprikapulver, scharf	1 EL Ketchup
150 ml Schlagsahne	500 ml Gemüsefond	2 EL Cognac
2 EL Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet in vier Zentimeter dicke, gleichmäßige Stücke schneiden. Mit Salz, Pfeffer und der gemahlene Paprika würzen. Mit dem Frühstücksspeck umwickeln und mit den Holzstäbchen fixieren. Den Bräter mit dem Olivenöl und der Butter austreichen, die Schweinefilets nebeneinander hineinlegen und auf dem zweituntersten Rost 20 Minuten braten. Den Reis in dem heißen Gemüsefond gar kochen, auf einem Teller anrichten und mit der Petersilie bestreuen. Die Sahne steif schlagen. Den Ketchup und den Cognac begeben und mit Pfeffer abschmecken. Den Rosenkohl putzen und in Salzwasser 15 Minuten garen. Anschließend in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Brokkoli-Röschen blanchieren. Die Mandelplättchen goldbraun anrösten und mit heißer Butter über den Brokkoli gießen. Die Party-Filets auf einem Teller anrichten. Den Wildreis und den Brokkoli dazugeben. Mit der Sahnemasse garnieren und servieren.

Willi Bless am 21. September 2011

## Salbei-Risotto mit Schweine-Filet-Scheiben

### Für zwei Personen

200 g Schweinefilet	50 g Frühstücksspeck	100 g Risottoreis
80 g Parmesan	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 EL Butter	1 Zweig Salbei	1 EL Olivenöl
400 ml Gemüsefond	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für das Risotto eine halbe Zwiebel sowie eine halbe Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. Einen halben Esslöffel Olivenöl in einen Topf geben und erhitzen. Danach die Zwiebeln und den Knoblauch dazugeben und darin dünsten. Anschließend den Risottoreis in den Topf geben und ebenfalls dünsten. Den Gemüsefond in einen separaten Topf gießen und erhitzen. Nach und nach den warmen Fond zu dem Risotto dazugießen und umrühren. Der Risottoreis sollte immer mit Flüssigkeit bedeckt sein. Das Ganze für weitere 20 Minuten köcheln lassen und dabei ab und zu umrühren. Das Schweinefilet säubern, waschen, trocken tupfen und in fingerdicke Scheiben schneiden. Den Parmesan reiben und den Salbei waschen und trocken tupfen. Danach die Blätter abzupfen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Salbeiblätter darin kurz rösten und herausnehmen und zum späteren Wiederverwenden zur Seite legen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Anschließend den Speck in der gleichen Pfanne knusprig braten. Danach den Speck ebenfalls auf einem Küchentuch abtropfen lassen. In derselben Pfanne die vorbereiteten Schweinefiletscheiben von jeder Seite circa zwei Minuten anbraten. Im Anschluss mit Pfeffer und Salz würzen. Die Salbeiblätter und die Hälfte vom geriebenen Parmesan unter das Risotto geben. Danach das Risotto in eine flache Auflaufform geben, die Schweinefiletscheiben und den Speck darauflegen und mit dem restlichen Parmesan bestreuen. Anschließend die Auflaufform in den Backofen geben und darin garen, bis der Parmesan zerlaufen ist. Das Salbei-Risotto mit den Filetscheiben auf einem Teller anrichten und servieren.

Christa Gumz am 05. Dezember 2012

## Schwein-Koteletts 'Elsässer Art' mit Kartoffel-Püree

### Für 2 Personen

2 Schweinekoteletts a 200 g	500 g mehlig. Kartoffeln	2 große Zwiebeln
2 Knoblauchzehen	2 süße Äpfel	5 TL Butter
1 TL Zucker	10 ml Sonnenblumenöl	1 Bund Schnittlauch
1 Zweig Majoran	Salz	schwarzer Pfeffer
weißer Pfeffer		

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser kochen. Eine Knoblauchzehe abziehen und pressen. Einen Teelöffel Butter in einer Pfanne zerlassen und den Knoblauch bei schwacher Hitze fünf Minuten dünsten. Die Kartoffeln abgießen, einen Teelöffel Butter dazugeben und mit einem Kartoffelstampfer zudrücken. Den Schnittlauch kleinhacken und mit der Knoblauchbutter unter das Püree rühren, anschließend mit weißem Pfeffer und Salz würzen. Die Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden, einen Esslöffel Butter und 5 Milliliter Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebelringe in die Pfanne geben, mit Salz und Pfeffer würzen und goldbraun braten. Die Äpfel schälen, mit einem Apfelstecher entkernen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebelringe aus der Pfanne nehmen, die Apfelscheiben mit dem restlichen Sonnenblumenöl und einem Teelöffel Butter goldbraun anbraten und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Anschließend die Zwiebelringe wieder dazugeben und das Ganze auf schwacher Hitze warmhalten. Die Schweinekoteletts waschen, trocken tupfen, weich plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen, den Majoranzweig dazugeben und das Fleisch bei geringer Hitze von jeder Seite zwei Minuten darin braten. Die Apfel-Zwiebelmischung hinzugeben und kurz aufwärmen. Anschließend acht Minuten im Backofen fertig garen. Die Schweinskoteletts „Elsässer Art“ mit dem Schnittlauch-Kartoffelpüree auf Tellern anrichten und mit den gebratenen Apfel-Zwiebel-Ringen garnieren.

Helga Lion am 04. Juli 2011

## Schweine-Filet im Karotten-Zucchini-Mantel

### Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	100 g Parmesankäse	8 festk. Kartoffeln
2 Zucchini	2 große Karotten	3 Schalotten
0,5 Bund Rosmarin	1 Becher Crème-fraîche	1 Becher Sahne
200 ml Gemüsefond	Olivenöl, Pfeffer	Meersalz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Eine Zucchini und eine Karotte schälen und mit dem Sparschäler mehrere lange Streifen abschneiden. Das Gemüse in dem Salzwasser kurz blanchieren und anschließend in Eiswasser abschrecken. In einem weiteren Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Den Rosmarin waschen, trocken schütteln und hacken. Die Kartoffeln waschen und in dem kochenden Wasser vorgaren. Anschließend die Kartoffeln in eine Pfanne mit Olivenöl geben und mit dem Rosmarin und Salz würzen. Erneut Salzwasser zum Kochen bringen. Die restliche Karotte und Zucchini waschen, in Stücke schneiden und im Wasser garen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Das Fleisch darin scharf anbraten, herausnehmen und zum Warmhalten in den Ofen geben. Das Fleisch mit den Streifen der Karotte und Zucchini umwickeln und im Backofen fertig garen. Für die Soße in einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Die Schalotten abziehen und fein hacken, in der Pfanne anbraten und mit dem Gemüsefond ablöschen. Den Parmesankäse reiben. Die Sahne, die Crème-fraîche und den Käse zu der Soße geben und etwas einkochen lassen. Vor dem Servieren mit dem Pürierstab aufschlagen. Das Schweinefilet im Karotten-Zucchini-Mantel mit dem Parmesanschaum und den Rosmarinkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Ralf Wüstenberg am 26. Juli 2012

## Schweine-Filet im Parma-Mantel mit Austernpilzen

### Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	6 Scheiben Parma-Schinken	200 g Spaghetti
200 g Austernpilze	6 Kirschtomaten	1 Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	150 g Parmesan	50 g Butter
100 ml Kalbsfond	100 ml Sahne	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Spaghetti in einem großen Topf mit Salzwasser gar kochen. Den Kalbsfond in einem Topf reduzieren lassen. Den Parmesan reiben. Ein Drittel des geriebenen Parmesans auf ein Backblech geben und in dem vorgeheizten Backofen zerschmelzen lassen. Die Sahne in den Fond geben und aufkochen lassen. Den Parmesan unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Parmesan aus dem Ofen nehmen und vom Backpapier abziehen. Den weichen Parmesanfladen mit Hilfe eines Glases zu einem Nest formen und erkalten lassen. Eine Pfanne mit Butter erhitzen. Die Petersilie fein hacken. Die Knoblauchzehe abziehen und die Austernpilze putzen. Beides in die heiße Pfanne geben und stark anbraten. Die Kirschtomaten ebenfalls in die Pfanne geben und anbraten. Anschließend mit der Petersilie garnieren. Eine weitere Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Das Schweinefilet in mehrere Medaillons zerteilen und von allen Seiten salzen und pfeffern. Jedes Medaillon mit Parma-Schinken umwickeln und die Päckchen in der heißen Pfanne braten. Die Spaghetti abgießen, mit der Parmesansoße mischen und in das Parmesannest geben. Zusammen mit den Medaillons, den Austernpilzen und den Kirschtomaten auf einem Teller anrichten und servieren.

Didier Bentz am 24. Mai 2012

## Schweine-Filet im Parma-Mantel mit Rosmarin-Kartoffeln

### Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	8 Scheiben Parma-Schinken	8 kleine Kartoffeln
1 Zitrone	100 g Parmesan	100 g getr. Tomaten in Öl
2 Knoblauchzehen	1 Bund Basilikum	1 Stängel Rosmarin
30 g Mehl	1 Prise Oregano	1 EL Honig
1 EL Senf	150 ml ital. Marsala	100 ml Olivenöl
Sahne, Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 190 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die getrockneten Tomaten von dem Öl abtropfen lassen. Eine Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Drei Blätter Basilikum abzupfen, klein hacken und zusammen mit den Tomaten und dem Knoblauch in eine Schüssel geben. Fünf Esslöffel Öl hinzugeben. Anschließend mit dem Pürierstab pürieren. Mit dem Oregano abschmecken und mit Pfeffer würzen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und der Länge nach aufschneiden. Etwas Basilikum zupfen und diese dann entlang des Schnittes auslegen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend etwas Parmesan reiben und zusammen mit dem zuvor zubereiteten Pesto Rosso in einer Schüssel vermengen. Anschließend das Pesto über die Basilikumblätter streichen. Das Fleisch wieder zusammen formen, jedes Filetstück mit etwa vier Scheiben Parma-Schinken umwickeln und mit einem Esslöffel Olivenöl bestreichen. Das Filet in einer Auflaufform für 25 Minuten in den Backofen geben. Reichlich Salzwasser in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Die Kartoffeln waschen, trocken tupfen und mit Schale in den Topf geben. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Eine Zehe Knoblauch hinzugeben. Den Rosmarin von den Zweigen lösen und ebenfalls klein hacken. Den Knoblauch und den Rosmarin mit 50 Milliliter Olivenöl in einer Schüssel vermengen. Die Kartoffeln abgießen und mit der Marinade in der Pfanne anbraten. Anschließend einen Teelöffel Honig und einen Teelöffel Senf hinzugeben. Das Fleisch aus dem Backofen nehmen und den Bratensaft mit der Marsala aufkochen. Mit etwas Sahne und Zitronensaft abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen. Bei Bedarf mit etwas Mehl verdicken. Das Schweinefilet im Parmamantel mit den Rosmarinkartoffeln und dem Pesto Rosso auf einem Teller anrichten und servieren.

Francesco Frisina am 10. September 2012

## Schweine-Filet im Speck-Mantel mit Spätzle und Salat

### Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	10 Scheiben Bacon	1 Tomate
1 Karotte	100 g Feldsalat	100 g Rucola
1 Schachtel Kresse	1 Rispe rote Kirschtomaten	1 Rispe gelbe Kirschtomaten
2 Radieschen	3 Zweige Salbei	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	100 ml trockener Weißwein	100 ml Gemüsefond
100 ml Schlagsahne	50 g Butterschmalz	200 g Mehl
3 Eier	3 EL Weißweinessig	1 TL Dijon-Senf
1 TL Zucker	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und klein hacken. Die Tomate vom Strunk lösen und klein schneiden. Die Karotte schälen und klein schneiden. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, pfeffern, mit einigen Salbeiblättern belegen, mit dem Speck umwickeln und mit Zahnstochern fixieren. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und darin das Schweinefilet braten und anschließend im Backofen weitergaren. Die Zwiebeln, den Knoblauch und die Tomaten in den Bratensatz geben und alles dünsten. Danach mit dem Weißwein und dem Fond ablöschen, die Karottenstücke dazugeben und alles zehn Minuten garen. Anschließend die Sahne hinzufügen, nochmals aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Eier mit dem Mehl vermengen, bis ein zäher Teig entsteht und diesen durch eine Spätzlepresse in das kochende Wasser drücken. Anschließend warten, bis sie oben schwimmen, herausschöpfen und warm stellen. Die Salatblätter waschen und trocken schleudern. Die Kirschtomaten von dem Strunk lösen und halbieren. Aus dem Essig, neun Esslöffeln Olivenöl, dem Senf, dem Zucker, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen und kurz vor dem Servieren über den Salat geben. Die Radieschen von den Enden befreien und in Scheiben schneiden. Das Schweinefilet aus dem Backofen nehmen, in Scheiben schneiden, zusammen mit dem Spätzle und dem Salat auf Tellern anrichten und mit der Soße und den Radieschen garnieren.

Mona Baumhoer am 27. Februar 2012



## Schweine-Filet im Speck-Mantel mit Waldpilz-Risotto

### Für zwei Personen

2 Schweinefilets, à 200 g	5 Scheiben Schinkenspeck	200 g Risottoreis
2 Schalotten	5 getrocknete Tomaten	30 g getrocknete Waldpilze
50 g Parmesan	2 Zweige Rosmarin	1 Zweig Thymian
300 ml Sahne	300 ml Gemüsefond	300 ml Weißwein
Olivienöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Den Speck um das Fleisch wickeln und mit den Rosmarinzweigen feststecken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend zum Garen in den Ofen geben. Die Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Schalotten und den Reis glasig anbraten. Danach mit dem Weißwein und dem Gemüsefond aufgießen. Die Pilze und die getrockneten Tomaten klein hacken, zu dem Reis geben und köcheln lassen. Den Parmesan reiben und zusammen mit der Sahne zu dem Risotto geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Thymian zupfen und zu dem Risotto geben. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und auf Tellern anrichten. Den Risotto daneben anrichten und servieren.

Martin Diedrich am 03. Februar 2011

## Schweine-Filet im Speck-Mantel, Kartoffel-Püree

### Für zwei Personen

1 Schweinefilet, à 250 g	1 Schweinenetz	500 g grüne Bohnen
5 mehligere Kartoffeln	10 Scheiben Frühstücksspeck	10 Trockenpflaumen
1 Knolle Ingwer	1 Muskatnuss	2 Zweige Minze
5 EL Pflaumenmus	1 TL Bohnenkraut	2 TL Cayennepfeffer
250 ml Kalbsfond	125 ml Portwein	100 ml Milch
50 g Butter	Butterschmalz, Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, waschen und in Salzwasser garkochen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Den Speck auslegen und mit dem Pflaumenmus bestreichen. Das Fleisch salzen, pfeffern und mit dem Speck einwickeln. Das Fleisch in das Schweinenetz einschlagen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Anschließend zum Garen in den Backofen geben. Den Bratensatz mit dem Portwein ablöschen und mit dem Kalbsfond aufgießen. Die Trockenpflaumen klein hacken und mit in die Soße geben. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Den Ingwer schälen und fein reiben. Den Boden einer Pfanne mit Wasser bedecken und den Ingwer und das Bohnenkraut zugeben. Die Minze fein hacken und mit den Bohnen in die Pfanne geben. Wenn die Bohnen gar sind, kurz in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Die Kartoffeln abschütten, die Milch und Butter dazugeben und stampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Bohnen darin schwenken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen auf Tellern anrichten und mit der Soße übergießen. Die Bohnen mit dem Kartoffelpüree daneben anrichten und servieren.

Heiko Hoffmann am 12. September 2012

## Schweine-Filet im Strudel-Blatt mit Rahm-Wirsing

### Für 2 Personen

280 g Schweinefilet	3 Strudelteigblätter	1 Wirsing
2 Schalotten	150 g Speck	1 Muskatnuss
2 g Trüffel	30 g kalte Butter	40 ml Weißwein
60 ml Hühnerfond	100 ml Sahne	120 ml Schweinefond
Trüffelöl	Sonnenblumenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 210 Grad Heißluft vorheizen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Etwas Sonnenblumenöl in der Pfanne erhitzen und das Schweinefilet von allen Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ein Strudelteigblatt ausbreiten und mit Sonnenblumenöl bestreichen. Das zweite Blatt ebenfalls mit Sonnenblumenöl einpinseln und auf das erste Strudelteigblatt geben. Das Schweinefilet auf die Strudelteigblätter geben und einschlagen, so dass ein Päckchen entsteht. Das Päckchen ebenfalls mit Sonnenblumenöl bestreichen und für circa 20 Minuten in den Backofen geben. Den Wirsing putzen und die groben Blätter entfernen. Die restlichen Blätter in feine Streifen schneiden. Die Schalotten abziehen und würfeln. Den Speck ebenfalls würfeln. Etwas Sonnenblumenöl erhitzen und den Speck und die Schalotten anbraten. Anschließend mit dem Weißwein und dem Hühnerfond ablöschen und langsam die Sahne einlaufen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den Wirsing in die Sahne-Speck-Sauce geben und einige Minuten köcheln lassen. Den Schweinefond aufkochen und die kalte Butter einrühren. Dieses zu der Sahne-Speck-Sauce geben. Das Schweinefilet aus dem Ofen nehmen und in Streifen schneiden. Den Wirsing auf Tellern anrichten und das Fleisch obenauf geben. Den Bratensaft um das Gericht träufeln und mit dem frisch geriebenen Trüffel dekorieren.

Katrin Baumgärtner am 26. September 2011

## Schweine-Filet im Teig-Mantel mit dreierlei Salat

### Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	200 g Kalbsbrät	1 Blätterteig, fertig
100 g Champignons	3 Gurken, süß-sauer	100 g Kopfsalat
100 g Feldsalat	100 g Rucola	1 Zwiebel, klein
1 Birne	1 Zitrone	2 Stangensellerie
1 Bund Petersilie	1 Bund Schnittlauch	1 Ei
80 g Parmesan	20 g Walnüsse	1 EL Walnussöl
1 EL Sonnenblumenöl	3 EL Naturjoghurt	Cognac, Paprikapulver
Olivenöl, Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in der Pfanne scharf anbraten. Mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen und etwas abkühlen lassen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Petersilie waschen, die Pilze putzen und ebenfalls klein hacken. Die Gurken abgießen und klein hacken. In einer Schüssel das gehackte Gemüse mit dem Kalbsbrät und etwas Cognac gut mischen. Anschließend den Blätterteig ausrollen und dick mit der Mischung bestreichen. Das Schweinefilet ebenfalls in den Teig einrollen und diesen mit dem Eiweiß verkleben. Den Teig mit Eigelb bestreichen und mit einer Gabel anstechen. Anschließend im vorgeheizten Backofen circa 30 Minuten backen. Den Salat waschen und trocken schleudern. Die Zitrone auspressen und den Saft dabei auffangen. Die Birne schälen, in Scheiben schneiden und sofort mit dem Zitronensaft beträufeln, dabei einen Birnenschnitt für das Salatdressing zurückbehalten und zerdrücken. Den Sellerie waschen, fein schneiden und in eine Schüssel geben. Den Parmesan in feine Streifen schneiden, den Schnittlauch waschen und klein hacken, die Walnüsse in einem Zerkleinerer klein hacken, in einer Pfanne anrösten und alles zusammen in die Schüssel geben. In einer weiteren Schüssel einen Esslöffel vom Zitronensaft, das Walnussöl, das Sonnenblumenöl, den Joghurt, einen Esslöffel Wasser und einen zerdrückten Birnenschnitt zu einem Dressing vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat auf Tellern anrichten, die Birnenscheiben darauf anordnen, die Nuss-Kräuter-Mischung darüber geben und mit dem Dressing beträufeln. Das Schweinefilet im Teigmantel ebenfalls auf Tellern anrichten und servieren.

Susanne Peterseil am 11. Oktober 2012

## Schweine-Filet im Zucchini-Mantel

### Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	150 g Bandnudeln	6 Scheiben Bacon
1 Zucchini	6 Cherrytomaten, am Zweig	1 Zweig glatte Petersilie
1 rote Peperoni	3 EL Tomatenmark	6 EL Butter
300 ml Sahne	3 EL Cognac	1 EL Paprikapulver
Olivenöl, Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 220 Grad Ober/-Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in Medaillons schneiden. Anschließend die Medaillons von allen Seiten mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Anschließend die Zucchini putzen, von den Enden befreien, längs in dünne Scheiben schneiden und um die Filets wickeln. Nun den Bacon um die Zucchini-Medaillons wickeln und das Ganze mit Zahnstochern fixieren. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen, die Schweinefilets von allen Seiten kräftig anbraten und anschließend in eine, mit Butter eingefettete, Gratinform legen. Die Form in den Backofen geben. Nach circa der Hälfte der Garzeit die Zweigtomaten mit in den Ofen geben. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen und die Nudeln darin al dente kochen. Die Sahne mit dem Cognac und dem Tomatenmark vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz bevor das Fleisch im Ofen fertig gegart ist, die Soße darüber geben. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Die Peperoni vom Kerngehäuse befreien und in dünne Scheiben schneiden. Das Schweinefilet im Zucchini-Mantel mit den Bandnudeln und den gegrillten Tomaten auf Tellern anrichten, mit der Petersilie und den Peperoni-Scheibchen garnieren und servieren.

Bruno Wacker am 15. Oktober 2012

## Schweine-Filet in Rote-Bete-Soße mit Bandnudeln

### Für zwei Personen

250 g Schweinefilet	200 g rote Bete, vorgegart	1 Gurke
2 Schalotten	1/2 Bund Oregano	2 EL Crème-fraîche
2 EL süßer Senf	50 g Tomatenmark	500 g Weizenmehl (Typ 405)
3 Eier	200 ml Rote-Bete-Saft	100 ml Sahne
25 ml trockener Rotwein	1 EL Olivenöl	Butter
schwarzer Pfeffer, Salz		

Für die Nudeln etwa 300 Gramm Mehl in eine Schüssel geben und in der Mitte eine Mulde bilden. Die drei Eier aufschlagen und in die Mulde geben. Einen Esslöffel Olivenöl und etwa einen halben Teelöffel Salz ebenfalls in die Mulde geben. Anschließend die Zutaten in der Mulde vermischen und nach und nach das Mehl mit vermengen, sodass ein glatter Teig entsteht. Anschließend den Teig dünn ausrollen und die Nudeln abschneiden. Wasser mit etwas Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Die Nudeln in das kochende Salzwasser geben und garen lassen. Die Gurke schälen, längs aufschneiden, von den Kernen befreien und in kleine Würfel schneiden. Die rote Bete in kleine Würfel schneiden. Die Schalotten abziehen und klein hacken. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, in mundgerechte Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Fleischwürfel darin anbraten. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Wiederum etwas Butter in der gleichen Pfanne erhitzen. Die Schalotten in die Pfanne geben und darin anschwitzen. Die Gurkenwürfel hinzugeben und ebenfalls andünsten. Schließlich auch die rote Bete in die Pfanne geben und andünsten. Mit dem Rote-Bete-Saft ablöschen und diesen reduzieren lassen. Anschließend die Crème-fraîche, den süßen Senf und das Tomatenmark hinzugeben und unterrühren. Den Rotwein ebenfalls in die Soße geben und etwas reduzieren lassen. Gegebenenfalls die Soße mit etwas Sahne strecken. Den Oregano waschen, trocknen, ein paar Blätter abzupfen und klein hacken. Die Soße mit Oregano, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch zum Aufwärmen in die Soße geben. Die Nudeln abgießen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Nudeln darin anschwitzen. Das Schweinefilet in der Rote-Bete-Soße mit den Bandnudeln auf einem Teller anrichten und servieren.

Felix Meißner am 26. März 2012

## Schweine-Filet mit Apfel-Curry-Soße und Basmatireis

### Für 2 Personen

300 g Schweinefilet	200 g Basmatireis	1 Zwiebel
1 süß-saurer Apfel	100 g Margarine	100 ml Schlagsahne
300 ml Gemüsebrühe	2 EL Mangochutney	2 TL Currypulver
Chilipulver	2 TL Speisestärke	Mehl
Zucker	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und würfeln. 50 Gramm Margarine in eine Pfanne geben und darin den Apfel und die Zwiebel mit dem Mango-Chutney anschwitzen. Anschließend alles mit dem Fond ablöschen, den Curry und den Zucker einrühren und nach Geschmack mit etwas Chili würzen. Danach das Ganze etwa 15 Minuten einkochen lassen. Die Speisestärke in kaltem Wasser auflösen und damit die Soße andicken und abschließend mit der Sahne verfeinern. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, in gleichmäßige Medaillons schneiden, leicht plattieren, mit Mehl panieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die übrige Margarine in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch etwa drei Minuten von jeder Seite darin braten und anschließend im Backofen 15 Minuten fertig garen. Den Basmatireis waschen und in leicht gesalzenem, kochendem Wasser etwa 20 Minuten bissfest garen. Das Schweinefilet mit dem Basmatireis auf Tellern anrichten und mit der Apfel-Curry-Soße garnieren.

Thomas Frese am 04. Juli 2011

## Schweine-Filet mit Aprikosen-Soße, Orangen-Curry-Risotto

### Für zwei Personen

2 Schweinefilets, à 300 g	150 g Risotto	300 g reife Aprikosen
4 Knoblauchzehen	2 Schalotten	1 Zitrone
1 Orange	100 g Parmesan	1 TL Currypulver
400 ml Kalbsfond	700 ml Gemüsefond	300 ml Weißwein
Cayennepfeffer	Olivenöl, Butter	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Aprikosen mit heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, entkernen und in Spalten schneiden. Die Aprikosenstücke in eine Schüssel geben und mit einem Esslöffel Zitronensaft beträufeln. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Anschließend für etwa 20 Minuten in den Backofen geben. Die Orange filetieren. Etwas Butter in einem Topf erhitzen und das Currypulver anschwitzen. Etwas Orangensaft und zwei Streifen Schale in den Topf geben und mit dem Gemüsefond und dem Weißwein aufgießen und zum Kochen bringen. Die Schalotten abziehen und fein hacken. Etwas Olivenöl erhitzen und die Schalotten anbraten. Den Risottoreis zugeben und andünsten. Nach und nach den Curry-Orangen-Fond zugeben und ständig umrühren. Den Parmesan reiben und kurz vor Schluss mit einem Esslöffel Butter unter das Risotto geben. Die Orangenschale entfernen und die Filets dazugeben. Den fein gehackten Knoblauch in die Pfanne mit dem Bratenrest geben und anbraten. Den Kalbsfond dazugeben. Die Aprikosenstreifen ebenfalls in die Pfanne geben und köcheln lassen. Die Sauce pürieren und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und mit der Sauce und dem Risotto auf Tellern anrichten und servieren.

Felix Petzold am 17. Dezember 2012

## Schweine-Filet mit Balsamico-Soße und Polenta

### Für 2 Personen

500 g Schweinefilet	80 g Polentagrieß	8 Schalotten
1 Knoblauchzehe	60 g Parmesan	3 Rosmarinzweige
3 Thymianzweige	1 Lorbeerblatt	250 ml Portwein
60 ml Balsamico	250 ml Kalbsfond	100 ml Weißwein
400 ml Geflügelfond	50 ml Sahne	Butter
Olivenöl	Salz	Tellicherry Pfeffer
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Sauce den Portwein auf ein Drittel einkochen lassen. Anschließend den Balsamicoessig unterrühren. Die Schalotten abziehen und fein hacken. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten glasig andünsten. Den Kalbsfond und den Weißwein aufgießen und alles auf ein Drittel einkochen lassen. Anschließend zu der Balsamico-Sauce geben. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und das Schweinefilet von beiden Seiten scharf anbraten. Einen Rosmarin- und einen Thymianzweig mit in die Pfanne geben. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und zum Garen in den Backofen geben. Den Geflügelfond erhitzen. Thymian, Rosmarin, das Lorbeerblatt und die Knoblauchzehe zu dem Fond geben und fünf Minuten köcheln lassen. Die Kräuter und den Knoblauch wieder entfernen. Den Polentagrieß in den Fond geben und quellen lassen. Die Sahne schlagen und nach circa zehn Minuten unter die Polenta geben. Den Parmesan reiben und ebenfalls zu der Polenta geben. Ein Stück Butter einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ein Stück Butter in die Portweinsauce einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Schweinefilet aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Das Fleisch mit der Polenta auf Tellern anrichten. Die Sauce über das Fleisch geben und servieren.

Kerstin Ehret am 15. September 2011

## Schweine-Filet mit Champignon-Sherry-Rahmsoße

### Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	350 g Risottoreis	200 g Champignons
7 Sherrytomaten	1 Zwiebel	2 Schalotten
1 Bund Bärlauch	80 g Parmesan	2 cl Sherry
125 ml Weißwein	250 ml Sahne	1 Liter Gemüsesfond
Butter	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 150 Grad Oberhitze vorheizen. Einen Topf und eine Pfanne mit etwas Butter erhitzen. Die Zwiebeln abziehen, fein hacken und die Hälfte davon in dem Topf kurz anschwitzen. Anschließend den Risottoreis ebenfalls in den Topf geben und glasig werden lassen. Dann mit dem Weißwein ablöschen und mit dem Gemüsesfond aufgießen bis der Reis bedeckt ist. Den Risottoreis immer wieder mit dem Fond unter ständigem Rühren aufgießen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Hälfte des Bärlauchs waschen, trocken schleudern und fein hacken. Den Parmesan reiben und zur Seite stellen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und anschließend zum Braten in die Pfanne geben. Von allen Seiten anbraten. Dann das Fleisch zum Garen in den Backofen geben. Die Champignons putzen und klein schneiden. Für die Soße den Bratensatz benutzen. Die andere Hälfte der Zwiebeln zusammen mit den Champignons in die Pfanne geben und anbraten. Dann das Ganze mit dem Sherry und der Sahne ablöschen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Abschließend den Bärlauch und den Parmesan unter das Risotto heben. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und auf einem Teller anrichten. Das Bärlauchrisotto dazugeben. Dann die Champignon-Rahmsoße darüber verteilen und servieren.

Anja Herberg am 23. Mai 2012

## Schweine-Filet mit Feigen, Gorgonzola und grünen Nudeln

### Für zwei Personen

500 g Schweinefilet	250 g grüne Bandnudeln	2 Feigen
150 g Gorgonzola	50 g Butter	100 ml Sahne
125 ml weißer Wermut	2 EL Maiskeimöl	2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 150 Grad Grillfunktion vorheizen. Die Bandnudeln in kochendem Salzwasser bissfest kochen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Das Ganze in sechs etwa zwei Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Anschließend in dem heißen Maiskeimöl beidseitig scharf anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen. Den Bratenfond mit dem Martini Bianco und der Sahne ablöschen und zur Soße reduzieren lassen. Anschließend mit der Butter verfeinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Feigen waschen und in Scheiben schneiden. Den Gorgonzola ebenfalls in Scheiben schneiden. Die Schweinefilets auf einer Alufolie auf den Grillrost legen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf jedes Filet jeweils eine Feigenscheibe und ein Stück Gorgonzola drauflegen. Im Backofen den Käse etwa eine Minute lang zum Schmelzen bringen. Die Bandnudeln abgießen, mit dem Olivenöl beträufeln und salzen. Das Schweinefilet mit den Feigen und den grünen Nudeln auf Tellern anrichten, mit der Soße beträufeln und servieren.

Elisabeth Kodim am 16. November 2012



## Schweine-Filet mit Gorgonzola-Mascarpone-Haube

### Für 2 Personen

200 g Schweinefilet	4 Tomaten, groß	1/2 Gurke
300 g Blattspinat	1 Schalotte	2 Knoblauchzehen
150 g Gorgonzola-Mascarpone	1 Bund Thymian	0,5 Bund Dill
1 EL Crème-fraîche	2 TL Essig	Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in fünf Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Das Schweinefilet in etwas Olivenöl anbraten. Die Tomaten in heißem Wasser kurz ziehen lassen und anschließend die Schale abziehen. Die Tomaten in Würfel schneiden und in eine Auflaufform geben. Den Thymian klein schneiden, eine Zehe Knoblauch abziehen, in Würfeln schneiden und zu den Tomaten geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Blattspinat waschen. Die Schalotte und eine Zehe Knoblauch abziehen und klein schneiden. Die Schalotten und den Knoblauch in einer Pfanne glasig dünsten und den Spinat dazugeben. Die Pfanne nach einigen Minuten vom Herd nehmen und ziehen lassen. Das Fleisch auf die Tomaten und die Gorgonzola-Mascarpone auf das Fleisch geben. Alles im Backofen gratinieren. Die Gurke halbieren und die Kerne auskratzen. Die Gurke schälen und in schmale Streifen schneiden. Den Essig mit vier Teelöffel Olivenöl und der Crème-fraîche vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Dill hacken und zusammen mit den Gurken zu dem Salatdressing geben. Das überbackene Schweinefilet mit den Tomaten auf einem Teller anrichten und den Gurkensalat dazu servieren.

Helena Bösch am 15. Februar 2012

## Schweine-Filet mit Kartoffel-Püree und Pfannen-Gemüse

### Für 2 Personen

400 g Schweinefilet am Stück	12 Scheiben Bacon	250 g mehlig Kartoffeln
1 rote Paprika	1 Zucchini	100 g Champignons
100 g Möhren	2 Zwiebeln	40 g weiche Butter
500 ml Milch	250 g Kräuterbutter	5 Zweige Thymian
1 Muskatnuss	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und den Bacon um das Filet wickeln. Das Fleisch auf ein Backblech geben und die Thymianzweige und Kräuterbutter auf dem Filet verteilen. Anschließend für eine halbe Stunde im Backofen garen lassen. Die Kartoffeln schälen und klein schneiden. Anschließend in kochendem Salzwasser garen. Die Paprika von den Kernen befreien. Paprika, Zucchini, Champignons und Möhren klein schneiden. Die Zwiebel abziehen und ebenso in Stücke schneiden. Eine Pfanne aufsetzen und nacheinander die Möhren, die Zwiebeln, die Paprika, die Champignons und die Zucchini zugeben. Die Gemüsepfanne mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gekochten Kartoffeln stampfen und mit Milch, Butter, Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken. Das Schweinefilet aufschneiden und zusammen mit dem Gemüse und dem Püree auf einem Teller anrichten und servieren.

Hauke Harzers am 01. Februar 2012

## Schweine-Filet mit Kartoffel-Rösti

### Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	350 g mehligk. Kartoffeln	3 Frühlingszwiebeln
1 Ei	3 EL Crème-fraîche	2 TL Dijon-Senf
100 ml Sahne	75 ml Gemüsefond	Butterschmalz, Sonnenblumenöl
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 75 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Anschließend in zwei bis drei Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Die Kartoffeln schälen, waschen und grob reiben. Das Ei aufschlagen und verquirlen. Das mit den Kartoffeln mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus dem Teig vier Rösti formen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Rösti darin ausbacken. Nach circa vier Minuten die Rösti wenden. Anschließend aus der Pfanne nehmen auf Küchentrepp abtropfen lassen und im Ofen warmhalten. Das Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schweinemedailles bei großer Hitze rundherum anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und im Backofen warm halten. Die Zwiebeln zu dem Bratensud geben und anbraten. Die Sahne, den Gemüsefond, die Crème-fraîche und den Senf einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Medailles aus dem Ofen nehmen und in die Sauce legen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch mit der Sauce auf Tellern anrichten. Jeweils zwei Rösti dazulegen und servieren.

Marius Fries am 06. August 2012

## Schweine-Filet mit Rahm-Soße und Pilzen

### Für 2 Personen

200 g Schweinefilet	3 Drillinge	5 Cherrytomaten
2 Knoblauchzehen	150 g braune Champignons	1 Zweig Rosmarin
1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Thymian	200 ml Sahne
100 ml trockener Weißwein	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Schweinefilet darin anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen warm halten. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Olivenöl erhitzen und die Kartoffeln darin goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rosmarin klein schneiden und nach dem Backen über die Kartoffeln geben. Die Champignons putzen und vierteln. Den Knoblauch abziehen und in Stifte schneiden. Die Champignons mit dem Knoblauch anbraten und die Sahne dazugeben. Die Tomaten in etwas Olivenöl anbraten und mit Salz, Pfeffer und dem Thymian würzen. Das Schweinefilet auf einem Teller anrichten, die Kartoffel dazugeben. Mit den Champignons und der Rahmsoße garnieren und servieren.

Helena Bösch am 13. Februar 2012

# Schweine-Filet mit scharfen Kirschen und Röstkartoffeln

## Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	300 g Kartoffeln, mehlig	150 g frische Kirschen
1 Schalotte	25 g Sellerie	25 g Möhre
25 g Lauch	1 rote Chilischote	10 g feine Speckwürfel
1 EL brauner Zucker	70 ml Fleischbrühe	15 ml Rotwein
1 EL Apfelessig	2 EL Olivenöl	1 EL Butter
2 EL Butterschmalz	1 TL Mehlbutter	grober Pfeffer
Salz, Pfeffer		

Die Kirschen entsteinen. Die Chili halbieren, die Kerne austreichen und die Chilischote fein hacken. Zwei EL Butter in einem Topf erhitzen. Die Kirschen zusammen mit der Chili anschwitzen, mit dem Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Dann den Saft der Kirschen bei mittlerer Hitze auskochen, mit dem Essig ablöschen und mit grob gemahlenem Pfeffer würzen. Anschließend alles solange köcheln lassen, bis die Flüssigkeit sirupartig eingekocht ist. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen. Mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen, zwei EL Olivenöl untermischen und mit Salz abschmecken. Die Schalotte abziehen und klein hacken. Die Sellerie und die Möhre schälen und in feine Würfel schneiden. Den Lauch putzen und ebenfalls fein würfeln. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Das Schweinefilet mit Salz und Pfeffer würzen und in der Pfanne anbraten. Den Speck und die Gemüswürfel zugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze 20 Minuten garen. Dabei immer wieder mit etwas Brühe ablöschen. Anschließend das Fleisch mit dem Speck und dem Gemüse aus der Pfanne nehmen und kurz warm stellen. Die entstandene Sauce durch ein Sieb passieren, den Rotwein zugeben, kurz köcheln lassen und mit der Mehlbutter binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch schräg aufschneiden, mit der Sauce überziehen und mit den Kirschen und den Stampfkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Marianne Chrzonz am 20. August 2012

## Schweine-Filet mit Sellerie-Gemüse, Meersalz-Kartoffeln

### Für 2 Personen

1 Schweinefilet, a 200 g	250 g festk. Kartoffeln	150 g Staudensellerie
2 weiße Zwiebeln	2 Aprikosen, Dose	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	50 g Crème-fraîche	100 ml Gemüsefond
1 EL Balsamicoessig	1 EL Zuckerrübensirup	Meersalz
Zucker	Butter	Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 105 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln putzen und in Salzwasser garkochen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten scharf anbraten. Den Balsamicoessig und den Zuckerrübensirup über das Fleisch geben. Den Thymian zupfen und ebenfalls mit in die Pfanne geben. Das Fleisch zum Garen in den Backofen geben. Die Zwiebeln abziehen und in feine Würfel schneiden. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Zwiebeln glasig anbraten. Die Aprikosen in Würfel schneiden und hinzufügen. Den Sellerie in Stücke schneiden und mit dem Rosmarinzweig zu dem Gemüse geben. Das Ganze mit dem Gemüsefond ablöschen und köcheln lassen. Die Pfanne vom Herd nehmen, den Rosmarin entfernen und einen Esslöffel Butter und die Crème-fraîche einrühren. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Für die Meersalzkruste werden 50 Milliliter Wasser mit reichlich Meersalz vermengt. Die Kartoffeln abgießen und in das Meersalz geben. Zum Schluss auf die Kartoffeln eine Prise Meersalz streuen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und aufschneiden. Das Gemüse mit dem Fleisch und den Kartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Andreas Jeyarajah am 26. Oktober 2011

## Schweine-Filet mit Spätzle und Basilikum-Walnuss-Soße

### Für zwei Personen

400 g Schweinsfilet	250 g Mehl	2 Eier
5 geröstete Walnüsse	30 g Butterschmalz	2 EL Butter
125 ml trockener Weißwein	200 ml Schlagsahne	125 ml Wasser
2 Bund Basilikum	150 g Crème-fraîche	1 EL milder Senf
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Für die Spätzle aus dem Mehl, den Eiern, einem Teelöffel Salz und dem Wasser einen Teig herstellen und diesen etwas quellen lassen. Den Teig auf ein Holzbrett ausbreiten, mit einem Messer dünne Streifen abschaben und ins kochende Salzwasser geben, kurz aufquellen lassen, wieder ausschöpfen und in einer Pfanne mit der Butter durchschwenken. Das Schweinsfilet waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und darin das Filet rundherum anbraten. Anschließend den Weißwein zugeben und zugedeckt etwa zehn Minuten dünsten. Die Basilikumblätter abzupfen, mit der Schlagsahne und drei Walnüssen pürieren und die Crème-fraîche untermischen. Anschließend das Ganze mit Senf, Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, im Backofen warm stellen, die Basilikumsahne zum Bratensud geben und das Ganze aufkochen lassen. Das Fleisch aus dem Backofen nehmen, in Scheiben schneiden, mit den Spätzle auf Tellern anrichten und mit der Basilikumsoße und den übrigen Walnüssen garnieren.

Edeltraut Häufle am 03. Januar 2011

# Schweine-Filet mit Spätzle und fruchtiger Curry-Soße

## Für 2 Personen

500 g Schweinefilet	1 Apfel (Braeburn)	1 Banane
2 unbehandelte Orangen	10 kleine weiße Champignons	3 Eier
1 EL Tomatenmark	2 EL Tomatenketchup	250 ml Schlagsahne
2 EL Butter	250 g Mehl	1 TL Currypulver
2 EL Zucker	1 Prise Safran	Cayennepfeffer
Pflanzenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Filet darin von allen Seiten anbraten und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Anschließend das Fleisch im Backofen für 15 Minuten garen lassen. Den Apfel und die Banane halbieren und je eine Hälfte beiseitelegen. Eine Orange halbieren und auspressen. Den Apfel, eine Orange und die Banane schälen und in Stücke schneiden. Den Zucker in die Pfanne geben, dazu die Früchte mit dem Orangensaft. Die Sahne mit dem Currypulver, dem Tomatenmark und dem Tomatenketchup verrühren, und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Zuletzt die Champignons abbürsten, vierteln und dazugeben. Alles mit Butterflöckchen abschmecken. Für die Spätzle das Mehl, die Eier, 125 Milliliter Wasser, eine Prise Safran und einen halben Teelöffel Salz zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Den Teig durch eine Spätzlepresse in das Wasser drücken. Nach fünf Minuten die Spätzle herausnehmen und kurz unter kaltem Wasser abspülen. Vor dem servieren die Spätzle kurz in einer gebutterten Pfanne schwenken und wieder erwärmen. Das Schweinefilet aufschneiden und mit den Spätzle und der fruchtigen Currysauce auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Rombach am 15. August 2011

## Schweine-Filet mit Spätzle und Pilz-Rahm-Soße

### Für zwei Personen

2 Schweinefilets, a 250 g	100 g Speckwürfel	250 g braune Champignons
50 g getrocknete Champignons	1 Zwiebel	1 Muskatnuss
0,5 Bund krause Petersilie	100 g Mehl	100 g Crème-fraîche
Butter	2 Eier	50 ml Weißwein, trocken
50 ml Gemüsefond	2 EL Olivenöl	schwarzer Pfeffer
Salz		

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Muskatnuss reiben. Das Mehl, die Eier, etwas Muskatnuss und etwas Salz mit etwa 80 Millilitern Wasser verrühren, bis der Teig Blasen wirft. Anschließend den Teig ruhen lassen. Die getrockneten Pilze in lauwarmem Wasser einweichen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und den Spätzleteig hineinhobeln. Die Spätzle kurz aufkochen lassen, abschöpfen und dann mit kaltem Wasser abschrecken. Die Schweinefilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit etwas Öl von allen Seiten gut anbraten. Anschließend die Schweinefilets in den Ofen stellen und 15 Minuten lang fertig backen. Die Zwiebel abziehen und klein hacken. Das restliche Öl mit den Speckwürfeln und den Zwiebeln zum Bratensatz geben und mitdünsten. Die Egerlinge putzen, klein schneiden und ebenfalls mitdünsten. Die eingelegten, getrockneten Pilze aus dem Wasser nehmen, ausdrücken und ebenfalls hinzugeben. Das Ganze mit Weißwein aufgießen und reduzieren. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen, den Gemüsefond und die Crème-fraîche dazugeben. Etwas Petersilie zupfen, klein hacken und ebenfalls zum Fond geben. Eine Pfanne mit etwas Butter erhitzen und die Spätzle darin anschwemmen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Die Schweinefilets mit den schwäbischen Spätzle auf Tellern anrichten, mit der Pilzrahmsoße garnieren und servieren.

Regina Zinsmeister am 24. Januar 2011

## Schweine-Filet, Egerling-Petersilien-Rahmsoße, Spätzle

### Für zwei Personen

1 Schweinefilet, à 400 g	300 g Egerlinge	1 kleine Zwiebel
2 Schalotten	1 Bund glatte Petersilie	4 Eier
1 EL Butter	250 g Mehl	200 ml Sahne
20 ml Cognac	250 ml Gemüsefond	Zucker, Kreuzkümmel
Sonnenblumenöl	schwarzer Pfeffer, Salz	

Für die Spätzle das Mehl, die Eier und etwas Salz in eine Schüssel geben. Dann 250 Milliliter Wasser unterrühren und alles verquirlen, bis der Teig eine glatte Konsistenz angenommen hat. Anschließend den Spätzleteig für circa 10 Minuten ruhen lassen. Einen Topf mit Sonnenblumenöl erhitzen. Die Egerlinge putzen und in Scheiben schneiden. Die Schalotten abziehen, fein hacken und in dem Topf anschwitzen. Dann die Egerlinge dazugeben und mit dem Salz, dem Pfeffer und dem Kreuzkümmel abschmecken. Anschließend das Ganze mit dem Gemüsefond angießen und köcheln lassen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Anschließend das Fleisch in zwei Zentimeter dicke Scheiben schneiden und mit dem Handballen auf einem Brett leicht andrücken und mit dem Mehl leicht bestäuben. Die Egerlingsoße mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie waschen, trocken schleudern, fein hacken und zu der Egerlingsoße dazugeben. Die Sahne und den Cognac hinzugeben und alles zusammen einreduzieren lassen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und das Fleisch darin kurz anbraten. Anschließend das Fleisch zusammen mit dem Bratenfond zu der Soße geben und beides zusammen kurz ziehen lassen. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen. In der Zwischenzeit den Spätzleteig in eine Spätzlereibe geben und die Spätzle in das kochende Wasser hobeln. Dann die Spätzle kurz aufkochen lassen, abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Eine Pfanne mit der Butter erhitzen und die Spätzle kurz darin schwenken und mit dem Salz würzen. Das Schweinefilet mit der Egerling-Petersilien-Rahmsoße und den Spätzle auf Tellern anrichten und servieren.

Leonhard Rösele am 18. Juni 2012

## Schweine-Filet, Folien-Kartoffel, Kräuter-Sahne-Joghurt

### Für zwei Personen

1 Schweinefilet, à 600 g	4 mehligk. Kartoffeln	120 g Roquefort
1/2 Bund Feldsalat	4 eingelegte Artischockenherzen	100 g Preiselbeeren
50 ml trockener Weißwein	100 g griechischer Joghurt	100 g Crème-fraîche
2 Eier	2 EL Mehl	Pflanzenöl
1 Bund Dill	1 Bund Majoran	1 Bund Basilikum
1 Bund Schnittlauch	1 Bund glatte Petersilie	schwarzer Pfeffer, Meersalz

Den Backofen auf 180 Grad Umluft erwärmen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, in den Topf geben und kurz kochen lassen, sodass sie nicht zu weich werden. Anschließend mit jeweils einem Zweig von dem Dill, dem Majoran, dem Basilikum, der Schnittlauch und dem Petersilie sowie der Butter in Alufolie einwickeln. Das Ganze zum Garen in den Ofen geben. Die Eigelbe mit ein paar Löffeln Weißwein über einem Wasserbad aufschlagen. Zum Schluss ein wenig Öl einträufeln lassen und untergeben, bis eine cremige Hollandaise entstanden ist. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, leicht mehlieren und in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten anbraten. Anschließend mit Salz und frischem Pfeffer würzen. Nun das Fleisch zuerst mit den Preiselbeeren, dann mit den Artischocken und zuletzt mit dem Roquefort belegen. Oben drauf ein wenig von der Hollandaise beträufeln und das Ganze zum Überbacken in den Ofen geben. Die restlichen Kräuter zupfen und fein hacken. Den griechischen Joghurt mit der Crème-fraîche mischen und zusammen mit den Kräutern und etwas Salz und frischem Pfeffer vermengen. Den Feldsalat putzen, waschen, trocken schleudern und ein paar Blätter zum Dekorieren beiseite legen. Das überbackene Schweinefilet mit den Folienkartoffeln und dem Kräuter-Quark auf Tellern anrichten und servieren.

Dieter Raniszewski am 31. Mai 2012

## Schweine-Filet, Gorgonzola-Sahne-Soße, Preiselbeer-Birnen

### Für 2 Personen

400 g Schweinelende	300 g feste Kartoffeln, vorgekocht	200 g Gorgonzola
200 g Schlagsahne	250 g Birnen Williams-Christ	1 Vanilleschote
200 g Preiselbeeren	2 EL Milch	2 EL Butterschmalz
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die vorgekochten Kartoffeln schälen, fein raspeln, den Saft ausdrücken und mit der Milch vermengen. Anschließend in einen Anrichtering geben, mit dem Butterschmalz bedecken und im Backofen etwa 20 Minuten ausbacken. Die Schweinelende waschen, trocken tupfen und in Medaillons schneiden. In einer Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten. Den Käse in Scheiben schneiden. Die Medaillons auf ein Backblech geben und mit der Hälfte des Käses belegen. Anschließend im Backofen überbacken. Aus dem Bratenfond mit der Sahne und dem restlichen Käse eine Soße herstellen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Birnen waschen, trocken tupfen, halbieren und von den Kernen befreien. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden, das Mark herauskratzen und mit den Birnen in einen Topf geben und fünf Minuten erhitzen. Anschließend die Birnenhälften mit den Preiselbeeren füllen. Die Medaillons und die Rösti aus dem Backofen nehmen. Das Fleisch mit den Rösti auf Tellern anrichten und mit der Birnenhälfte servieren.

Ralf Heinzmann am 23. Februar 2012



# Schweine-Filet, Pfeffer-Soße, Brezen-Knödel, Gemüse

## Für 2 Personen

300 g Schweinefilet	3 Brezen	2 Karotten
1 Zwiebel	1 Bund glatte Petersilie	0,5 Bund Schnittlauch
2 EL grüner Pfeffer	100 ml Sahne	250 ml Milch
2 Eier	125 ml Gemüsefond	30 ml Cognac
1 EL brauner Zucker	Olivenöl	schwarzer Pfeffer
Salz		

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel darin anschwitzen. Die Petersilie abzupfen und klein schneiden. Die Brezen in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Die Eier dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und die Hälfte der gehackten Petersilie und die Zwiebeln dazugeben. Alles gut durchkneten, etwas Mehl dazugeben und den Teig auf ein Stück Frischhaltefolie legen. Den Teig in der Frischhaltefolie zu einer etwa vier Zentimeter dicken Rolle formen, in Alufolie wickeln und im köchelnden Salzwasser etwa 20 Minuten gar ziehen lassen. Die Karotten schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Den braunen Zucker in einem Topf karamellisieren lassen, die Karotten dazugeben und mit Gemüsefond ablöschen. Die Karotten salzen, pfeffern und bissfest garen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Filet im Ganzen im Öl scharf anbraten. Danach im Ofen weitergaren. In die Pfanne mit dem Bratensud den Cognac hinzugeben und flambieren. Die Milch angießen, die Sahne hinzugeben und alles glatt rühren. Anschließend den grünen Pfeffer zerstoßen und mit dem Gemüsefond hinzugeben. Anschließend die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Kurz vor dem Anrichten das Filet in Tranchen schneiden. Den Brezenknödel aus dem Wasser nehmen, auswickeln und aufschneiden. Die restliche Petersilie unter die Karotten mischen. Das Schweinefilet mit dem Brezenknödel und den Karotten auf Tellern anrichten, die Pfefferrahmsoße darüber geben, mit dem Schnittlauch garnieren und servieren.

Ralf Ullmann am 22. August 2011

# Schweine-Filet, Rhabarber-Soße, Kartoffeln, Thai-Spargel

## Für 2 Personen

2 Schweinefilets, a 80 g (3 cm dick)	6 festk. Kartoffeln, klein	6 blaue Kartoffeln, klein
100 g grüner Thaispargel	1 Karotte, groß	200 g Rhabarber
1/2 Stück Rote-Bete	1 EL Butter	3 EL Zucker
1 EL Puderzucker	3 EL Kartoffelstärke	150 ml Rinderfond
1 Bund Thymian	1 TL eingel. grüner Pfeffer	50 ml Olivenöl
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Wasser in einem Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, waschen und gar kochen. Den Thai-Spargel von den unteren Enden befreien, in eine Auflaufform geben und etwas Salz, einem Esslöffel Puderzucker und die Butter darüber streuen. Die Auflaufform mit Alufolie bedecken und für etwa 20 Minuten in den vorgeheizten Backofen schieben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Schweinefilets waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten etwa drei Minuten in der Pfanne anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen, die Pfanne mit Alufolie bedecken und die Schweinefilets nachziehen lassen. Den Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Den Rhabarber waschen, die äußere Haut abziehen, in feine Scheiben schneiden und in dem Karamell andünsten. Etwa sechs Rhabarberstücke für die Dekoration aufbewahren. Die Rote Bete klein schneiden und zum Rhabarber in die Pfanne geben. Anschließend alles mit dem Rinderfond aufgießen und so lange rühren, bis sich der Karamell gelöst hat. Das Ganze köcheln lassen. Die Rhabarbersauce passieren, den grünen Pfeffer hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce nach Bedarf mit der Kartoffelstärke und etwas Wasser andicken. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Thymian in die Pfanne geben. Die Kartoffeln halbieren, leicht in der Pfanne anbraten und mit Salz würzen. Die Karotte waschen, schälen und mit dünnen Streifen davon den Thai-Spargel zusammenschnüren. Das Schweinefilet mit der Rhabarbersauce, den Kartoffeln und dem Thai-Spargel auf einem Teller anrichten und servieren.

Boguslawka Kmiecik am 02. November 2011

# Schweine-Filet, Schinkenspeck, Rosenkohl, Ofen-Kartoffeln

## Für 2 Personen

2 Schweinsfilets a 150g	10 Sch geräucherter Schinkenspeck	300 g Kartoffeln, Drillinge
300 g Rosenkohl	150 g Emmentaler	40 g Butter
50 g Butterschmalz	50 ml Olivenöl	0,5 Bund Basilikum
50 g Kümmel	20 g grobes Meersalz	Salz
Pfeffer	Muskatnuss	

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen und ein Blech mit Backpapier auslegen. Die Kartoffeln säubern, halbieren und auf dem Blech verteilen. Mit Kümmel und Meersalz bestreuen, anschließend Olivenöl darüber träufeln und für 20 Minuten in den Ofen schieben. Den Rosenkohl putzen und in einem reichlich mit Salzwasser gefüllten Topf zum Kochen bringen. Das Schweinefilet abspülen, trocken putzen und von Sehnen befreien. Danach in zentimetergroße Stücke schneiden und es mit Salz und Pfeffer würzen. Nun das Basilikum waschen und die Blätter abzupfen. Je ein Stück Käse für das Fleisch abschneiden, drauflegen und den Rest des Käses in Scheiben schneiden. Die Schinkenspeck-Scheiben ausbreiten, je ein Stück Fleisch und Käse darauf legen und jeweils mehrere Basilikumblätter dazu legen. Anschließend die belegten Scheiben zusammenrollen. Dann die Auflaufform buttern, den bissfesten Rosenkohl hineinlegen und ein paar Butterflocken und Muskat darüber geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und die restlichen Käsescheiben darüber verteilen und für 10 Minuten in den Backofen schieben, bis der Käse goldbraun gebacken ist. Einen Teller ebenfalls in den Backofen stellen. Den Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das eingerollte Schweinefilet garen, bis der Schinken kross ist und der Käse herausläuft. Die Kartoffeln und den Rosenkohl aus dem Ofen nehmen und alles auf dem vorgewärmten Teller anrichten und servieren.

Torsten Becker am 13. Januar 2011

## Schweine-Filet, Speck-Mantel, Kartoffel-Püree

### Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	150 g durchwachsener Speck	300 g Kartoffeln, mehlig
3 Zwiebeln	2 Zweige Thymian	2 Lorbeerblätter
1 Bund Schnittlauch	1 Muskatnuss	30 g Butter
100 ml Sahne	150 ml Milch	100 ml trockener Weißwein
2 EL Rapsöl	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in einer ausreichenden Menge Salzwasser gar kochen. Die Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Die Hälfte der Butter sowie das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel unter Rühren darin goldbraun anbraten. Die Blätter eines Thymianzweigs abzupfen und fein hacken. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Das Schweinefilet salzen, pfeffern, mit dem gehackten Thymian bestreuen und in die Speckscheiben einrollen. Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und das Filet darin kräftig anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und zusammen mit den Lorbeerblättern und dem restlichen Thymianzweig auf ein Blech legen. Das Bratfett mit dem Weißwein ablöschen und ebenfalls auf das Blech zu dem Fleisch geben. Alles für circa 15 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken. Die Milch, die übrige Butter, etwas Salz, Pfeffer und Muskat dazugeben. Die gebratenen Zwiebeln unter die Kartoffeln geben. Das Schweinefilet vom Blech nehmen, in Alufolie wickeln und fünf Minuten ruhen lassen. Den Bratensaft vom Blech durch ein Sieb in einen Topf geben, die Sahne unterrühren und aufkochen lassen. Den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Das Schweinefilet aus der Folie nehmen, in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Kartoffelpüree sowie der Soße auf einem Teller anrichten. Mit dem Schnittlauch bestreut und servieren.

Agnes Mintrop am 29. Oktober 2012

## Schweine-Filet, Speck-Mantel, Kräuter-Kruste

### Für 2 Personen

1 Schweinefilet à 400 g	100 g dünner Bauchspeck	2 festk. Kartoffeln
100 g Erbsen, TK	200 g junge Karotten, TK	3 Schalotten
2 Knoblauchzehen	120 g Butter	1 EL kalte Butter
125 ml Schlagsahne	3 EL Paniermehl	125 ml trockener Weißwein
2 EL Worcestersoße	1 Bund glatte Petersilie	1 Prise körnige Brühe
1 Zweig Rosmarin	1 EL Puderzucker	Curry
Pflanzenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in vier Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Das Fleisch mit Speck umwickeln und mit den Zahnstochern fixieren. Das Fleisch salzen, pfeffern und an den Seiten anbraten. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen. Die Schalotten klein hacken und den Knoblauch pressen. Die Petersilie von den Stängeln zupfen und fein hacken. Für die Kräuterkruste weiche Butter mit einem Teil der Schalotten, Salz, gepressten Knoblauch, Curry, Pfeffer, Worcestersoße, Paniermehl und Petersilie verrühren. Die Sahne nach Belieben dazugeben, bis eine sämige Konsistenz entsteht. Die Kräuterkruste auf dem Fleisch verteilen und im Backofen fertig garen. Die Kartoffeln waschen, trocken tupfen und in Spalten schneiden. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen und in einer Pfanne mit Öl von allen Seiten goldbraun rösten. Aus dem Bratenfond durch Zugabe von Weißwein und Schalotten eine Soße herstellen. Die restliche Sahne zufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der kalten Butter andicken. Das Gemüse in Salzwasser garen und anschließend in einer Pfanne mit Butter, Puderzucker und einer Prise körniger Brühe glasieren. Das Filet aus dem Backofen nehmen und anschneiden. Das Fleisch zusammen mit den Kartoffelspalten und dem Gemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Helene Hrabal am 22. Februar 2012

# Schweine-Filet, Zitronen-Soße, Kartoffel-Püree, Zucchini

## Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	100 g Bacon	4 eingelegte Anchovis
3 mehligk. Kartoffeln	3 Zitronen	2 Zucchini
1/2 Bund Oregano	1/2 Bund Schnittlauch	1 Muskatnuss
50g Mehl	200 ml Rinderfond	200 ml Sahne
2 Eier	150 g Butter	50 ml Olivenöl
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen. Wasser mit etwas Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Die Kartoffeln gründlich abbürsten und in dem kochenden Salzwasser garen lassen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und alle zwei Zentimeter einschneiden. Die Anchovis und den Oregano waschen, trocken tupfen und klein hacken. Die Anchovis und den Oregano mit etwas Olivenöl vermengen und das Schweinefilet mit der Masse bepinseln. Eine Zitrone waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Den Bacon ebenfalls in Scheiben schneiden. In die eingeschnittenen Öffnungen je eine Scheibe Zitrone und eine Scheibe Bacon einlegen. Anschließend das Schweinefilet mit Alufolie abdecken und im vorgeheizten Backofen etwa zwanzig Minuten garen lassen. Dabei aufpassen, dass das Fleisch nicht zu trocken wird. Nach der Hälfte der Zeit die Folie entfernen. Butter in einer Pfanne zerlassen, das Mehl hinzugeben und gut verrühren. Den Fond und etwa 100 Milliliter Sahne hinzugeben und aufkochen lassen. Währenddessen die übrigen Zitronen halbieren und den Saft auspressen. Die Eier aufschlagen, mit dem Zitronensaft vermengen und cremig schlagen. Die Masse unter die heiße Soße rühren und nicht zu sehr andicken lassen. Die Zucchini in Scheiben schneiden, in einer Pfanne ohne Fett grillen und anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln abgießen, schälen und in Scheiben schneiden. Die restliche Sahne hinzugeben, pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Außerdem etwas Muskatnuss zum Abschmecken hineinreiben und den Schnittlauch hinzufügen. Das Schweinefilet mit der Zitronensoße, dem Kartoffelpüree und den gegrillten Zucchini auf einem Teller anrichten und servieren.

Willem Catianis am 08. März 2012

## Schweine-Filet-Braten mit Blätterteig-Herzen, Karotten

### Für 2 Personen

200 g Schweinefilet	1 Päckchen Blätterteig	8 weiche Dörrpflaumen
100 g kleine Karotten, TK	1 Kiwi	100 g griech. Feta-Käse
80 g Butter	60 ml Schlagsahne	5 EL Sherry
1 Zweig Basilikum	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
1 Zweig glatte Petersilie	1 TL Zucker	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Filet waschen, trocken tupfen und in etwa fünf Zentimeter breite Stücke schneiden. Jedes Stück einschneiden, salzen, pfeffern und mit je zwei Dörrpflaumen füllen. Alles mit Zahnstochern befestigen. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und den Braten darin anschwitzen. Das Fleisch herausnehmen und den Bratenfond mit Sherry ablöschen. Anschließend mit Sahne verfeinern. Aus dem Blätterteig Herzen ausstechen. Die Kräuter von den Stielen befreien und fein hacken. Den Käse und die Kräuter auf ein Herz legen, mit einem zweiten Herz bedecken und gut andrücken. Die Blätterteigherzen für zehn Minuten im Ofen backen. Die Karotten auftauen oder in Salzwasser vorkochen. Anschließend abgießen und in einer Pfanne mit Zucker karamellisieren. Alles mit Butter verfeinern. Die Kiwi in Scheiben schneiden. Den Lungenbraten zusammen mit der Soße, den karamellisierten Karotten und den Blätterteigherzen auf Tellern anrichten und mit den Kiwischeiben garnieren.

Elisabeth Gumpenberger am 27. Dezember 2011

## Schweine-Filets mit Tomaten-Salsa, Süßkartoffel-Püree

### Für zwei Personen

1 Schweinefilet, à 600 g	250 g Süßkartoffeln	200 g Babyspinat
6 Scheiben Pancetta	1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel
2 Limetten	50 g getr. Öl-Tomaten	3 Zweige Thymian
1 Muskatnuss	5 EL Tomatenmark	1 EL Butter
100 ml saure Sahne	100 ml Rotwein	150 ml Kokosmilch
Olivenöl, Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Süßkartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Anschließend ins Wasser geben und 10 Minuten gar kochen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Den Thymian fein hacken. Die Tomaten ebenfalls fein hacken und mit dem Öl zu einer Paste verarbeiten. Olivenöl erhitzen und das Fleisch von allen Seiten scharf anbraten. Das Fleisch mit der Paste bestreichen, pfeffern und mit dem Thymian belegen. Die Knoblauchzehe abziehen, halbieren und je eine Hälfte auf das Filet legen, in Backpapier einschlagen und für circa 20 Minuten in den Backofen geben. Die Zwiebeln abziehen und fein hacken. Den Bratensud erhitzen, etwas Olivenöl hinzugeben und die Zwiebeln darin anbraten. Anschließend mit dem Rotwein auffüllen und etwas einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Spinat kurz in kochendem Wasser blanchieren und anschließend kalt abschrecken. Den Pancetta putzen und in einer Grillpfanne knusprig braten. Den Spinat mit der sauren Sahne in die Pfanne geben und mit Muskat, Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Süßkartoffeln abgießen und durch die Kartoffelpresse geben. Die Kokosmilch und etwas Limettensaft zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, den Knoblauch entfernen und auf Tellern anrichten. Die Sauce, den Spinat und das Püree dazugeben und servieren.

Mike Labbert am 21. November 2012

## Schweine-Fleisch mit Muscheln

### Für zwei Personen

400 g Gulasch vom Schwein	500 g Venusmuscheln	200 g mehligk. Kartoffeln
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Lorbeerblatt
1 Bund Koriander	100 ml Weißwein	Olivenöl
Paprikapulver, edelsüß	Salz, schwarzer Pfeffer	

Das Gulasch waschen, trocken tupfen und mit Salz, Pfeffer und dem Paprikapulver großzügig würzen. Den Weißwein hinzugeben und das Fleisch darin mindestens zwei Stunden marinieren. Die Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser kochen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen. Anschließend in einer breiten und hohen Pfanne das Olivenöl heiß werden lassen und die klein gehackte Zwiebel darin andünsten. Den in Scheiben geschnittenen Knoblauch sowie das Lorbeerblatt dazugeben und ebenfalls andünsten. Das Schweine-Fleisch aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen. Anschließend der Zwiebel, dem Knoblauch und dem Lorbeerblatt beifügen und auf hoher Temperatur anbraten. Die Marinade zugeben und etwa 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend die gekochten Kartoffeln vorsichtig unterrühren. Die Muscheln begeben und zugedeckt köcheln lassen, bis sie aufgegangen sind. Den Koriander waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Anschließend hacken. Das Schweine-Fleisch mit den Muscheln auf Tellern anrichten, mit dem Koriander garnieren und sofort servieren.

Lena Rocha am 07. Juni 2012



## Schweine-Fleisch süß-sauer

### Für 2 Personen

200 g Schweine-Fleisch	150 g Jasminreis	5 EL Sojasoße
1 Ei	8 EL Speisestärke	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	50 g Ingwer	1 gelbe Paprika
2 Möhren	250 g Ananasstücke und -saft	2 EL trockener Sherry
3 EL Tomatenketchup	3 EL Weißweinessig	3 EL brauner Zucker
Pflanzenöl	Salz	

Das Ei trennen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen, in mundgerechte Stücke schneiden und mit zwei Esslöffeln Sojasoße, dem Eiweiß, einen Teelöffel Salz und drei Esslöffel Speisestärke gut vermischen und eine Weile ruhen lassen. Den Jasminreis mit der doppelten Menge an Wasser in einen Topf bissfest garen und dann von der Herdplatte nehmen und ruhen lassen. Die Zwiebel abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Den Knoblauch abziehen, den Ingwer schälen und beides fein würfeln. Die Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und klein schneiden. Die Möhren ebenfalls schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die Ananasstücke abgießen und den Saft dabei auffangen. Für die Würzsoße vier Esslöffel Wasser mit einem Teelöffel Speisestärke verquirlen und anschließend den Sherry, die übrige Sojasoße, Tomatenketchup, den Essig, den braunen Zucker, Salz und 100 Milliliter Ananassaft darunter rühren. Das Öl im Wok stark erhitzen und das Fleisch darin Portionsweise anbraten bis dieses goldbraun ist. Anschließend herausnehmen und in einem Topf mit Deckel warm halten. Nun den Ingwer und den Knoblauch im Wok anrösten und die Zwiebel, Paprika und Möhren dazugeben und etwa drei Minuten unter Rühren braten. Die Würzsoße kräftig durchrühren, in den Wok gießen und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Abschließend die Ananasstücke und das Fleisch dazugeben und bei mittlerer Hitze zwei Minuten mit kochen lassen. Das Schweine-Fleisch süß-sauer mit dem Jasminreis auf Tellern anrichten und servieren.

Björn Möller am 11. Juli 2011

# Schweine-Fleisch-Ananas-Curry, Reis, Petersilien-Sambal

## Für zwei Personen

250 g Schweinefilet	200 g Basmatireis	1 Ananas, klein
1 unbehandelte Zitrone	2 Fleischtomaten	1 Zwiebel
2 Schalotten	1 Ingwerknolle	1 kleine Knoblauchzehe
1 Bananenblatt	1 EL Kokosraspel	5 EL Tomatenmark
1 TL Senf	25 g Butterschmalz	1 Bund glatte Petersilie
1 EL Zucker	3 Nelken	1 Lorbeerblatt
1 Muskatnuss	1 TL Kurkuma	1 TL Kardamomsamen
1 kleine grüne Pfefferschote	1 TL Chilipulver	1 TL Currypulver
200 ml Kokosmilch	1 EL Essig	schwarzer Pfeffer, Salz

Für den Reis die Schalotte abziehen und fein hacken. Das Kurkuma in der Kokosmilch auflösen, etwas Salz und eine Nelke dazugeben. Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Die Schalotte und das Lorbeerblatt darin anbraten. Anschließend den Reis dazugeben und etwas mitbraten lassen. Etwas Wasser und die Kokosmilch hinzufügen. Den Reis bei kleiner Hitze weich kochen. Für das Curry das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Das Chilipulver, den Essig und etwas Salz in eine Schüssel geben und das Schweine-Fleisch darin etwa fünf Minuten marinieren. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Die Zwiebel abziehen, klein hacken und in der Pfanne andünsten. Das Fleisch dazugeben und von allen Seiten goldbraun braten. Die Kardamomsamen etwas zerstoßen. Den Stil- und den Blütenansatz der Ananas großzügig entfernen. Die Frucht aufrecht hinstellen und schälen. Anschließend den harten Kern herausschneiden und die Ananas achteln. Ein Achtel in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Den Ingwer schälen und eine Scheibe abschneiden. Beides mit den Ananaswürfeln, einem halben Teelöffel Senf, etwas geriebener Muskatnuss, dem Kardamom, dem Currypulver, den restlichen Nelken, einer halben Tomate und etwas Wasser zu dem Fleisch geben und bei geringer Hitze ziehen lassen, bis das Fleisch zart ist. Kurz vor dem Ende der Garzeit den Zucker hinzufügen. In der Zwischenzeit die Zitrone auspressen. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, von den Stielen lösen und fein schneiden. Die übrige Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Pfefferschote klein schneiden. Die Petersilie mit der Schalotte, der Pfefferschote und den Kokosraspeln mischen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die übrige Fleischtomate in Scheiben schneiden und das Petersilien-Sambal darauf verteilen. Das Schweine-Fleisch-Ananas-Curry mit dem gelben Reis und dem Petersilien-Sambal auf Tellern anrichten, mit dem Bananenblatt garnieren und servieren.

Maureen Perera am 23. Juli 2012

## Schweine-Geschnetzeltes mit Curry und Reis

### Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	200 g Reis	4 Aprikosen
1 Papaya	1 Ananas	1 Pfirsich
3 Frühlingszwiebeln	125 ml Geflügelfond	125 ml Kokosmilch
2 EL Sojasoße	2 EL Pflanzenöl	3 TL gelbes Currypulver
1 EL Speisestärke	Salz, Pfeffer	

Den Reis in reichlich Salzwasser gar kochen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in schmale Streifen schneiden. Die Schweinefiletstreifen mit Speisestärke bestreuen. Das Pflanzenöl in dem Wok erhitzen und das Schweinefilet darin anbraten und wieder aus dem Wok nehmen. Den Geflügelfond, die Kokosmilch und die Sojasoße in den Wok geben und einkochen. Die Frühlingszwiebeln von der äußeren Haut befreien und in Ringe schneiden. Die Papaya schälen und klein schneiden. Die Ananas ebenfalls von der Haut befreien und klein schneiden. Die Aprikosen und den Pfirsich waschen und klein schneiden. Das Obst und die Frühlingszwiebeln in die Soße geben. Das Schweinefilet ebenfalls wieder in die Soße geben. Alles mit etwas Speisestärke binden. Das Curry mit Salz, Pfeffer und dem Currypulver abschmecken. Das Schweinegeschnetzelte mit Curry auf einem Teller anrichten. Den Reis dazugeben und servieren.

Elke Oetting am 26. September 2012

## Schweine-Geschnetzeltes mit Kartoffel-Püree

### Für zwei Personen

2 Schweineschnitzel, à 200 g	3 mehlig. Kartoffeln	1 Zwiebel
1 Gurke	1/2 Bund Dill	1 Muskatnuss
1 EL Liebstöckel	1 Prise Ingwerpulver	1 TL Mehl
3 EL Butter	150 ml Sahne	2 EL Weißweinessig
Olivenöl, Salz, Pfeffer		

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser garkochen. Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Schnitzel waschen und trocken tupfen. Anschließend etwas platt klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebeln glasig anbraten, das Fleisch zugeben und ebenfalls anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und zum Warmhalten in den Ofen geben. Den Liebstöckel und das Ingwerpulver zu dem Bratensud geben. Die Sahne mit dem Mehl vermischen und zu dem Sud geben und cremig einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Gurke schälen, halbieren, entkernen und in feine Scheiben hobeln. Den Dill zupfen und zu den Gurken geben. Aus dem Weißweinessig und einem guten Schuss Olivenöl ein Dressing herstellen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln abgießen und stampfen. Die Butter zugeben und mit Salz und Muskat würzen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und wieder zu der Sahnesoße geben. Anschließend auf Tellern anrichten und mit dem Kartoffelpüree und dem Gurkensalat servieren.

Brigitta Bräu am 27. August 2012

## Schweine-Kotelett mit lauwarmem Kartoffel-Gurken-Salat

### Für zwei Personen

2 Schweinekotelett	350 g vorw. festk. Kartoffeln	2 Eier
150 g Semmelbrösel	1 Gurke	1 Zwiebel
1/2 Bund Schnittlauch	1 TL Senf	125 ml Gemüsefond
3 EL Essig	3 EL Pflanzenöl	1 Prise Zucker
Pflanzenöl	Salz, Pfeffer	

Die Koteletts waschen und trocken tupfen. Anschließend würzen, die Eier verquirlen und die Koteletts zunächst in dem Ei und anschließend in den Semmelbröseln panieren. Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schweinekoteletts darin anbraten. Die Kartoffeln mit Schale gar kochen. Anschließend die Kartoffeln heiß pellen und in Scheiben schneiden. Die Gurke halbieren und eine Hälfte schälen und in Scheiben hobeln. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Die Kartoffeln mit der Gurke und den Zwiebeln vermengen. Den Essig, drei Esslöffel Pflanzenöl, den Senf und den Gemüsefond vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Schnittlauch in Ringe schneiden. Die Schweinekoteletts mit dem Kartoffel-Gurkensalat auf einem Teller anrichten, mit dem Schnittlauch garnieren und servieren.

Peter Höcht am 08. Oktober 2012

## Schweine-Kotelett mit Rahm-Wirsing und Rösti

### Für zwei Personen

2 Koteletts mit Speckrand	3 vorw. festk. Kartoffeln, groß	300 g Wirsing
2 Frühlingszwiebel	1 Karotte	1 Msp. Natron
200 ml süße Sahne	40 g Butter	50 g Butterschmalz
3 EL Olivenöl	schwarzer Pfeffer, Salz	

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die beiden Koteletts waschen und trocken tupfen. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Koteletts darin von beiden Seiten etwa eine Minute kräftig anbraten. Anschließend auch auf der Fettkante braten lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Koteletts anschließend etwa zehn Minuten in dem vorgeheizten Backofen garen lassen. Für die Rösti die Kartoffeln schälen und gründlich waschen. Eine der Kartoffeln reiben und die übrigen beiden in kleine Stiftchen hobeln. Die Karotte schälen und ebenfalls in kleine Stiftchen hobeln. Die Frühlingszwiebeln abziehen, klein hacken und zu den Kartoffeln und der Karotte geben. Die Menge mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen, ohne die Kartoffeln zu zerdrücken. Die Masse in drei Portionen teilen. Einen Esslöffel Butter und einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Eine Portion Kartoffelmischung in die Pfanne geben und leicht in die gewünschte Form drücken, sodass die Mischung nicht zu fest wird. Den Rösti knusprig und braun braten. Anschließend den Rösti vorsichtig wenden und auch auf der anderen Seite braun braten. Den Rösti dann aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den Vorgang auch für die beiden anderen Rösti wiederholen. Den Wirsing putzen, grob schneiden und mit dem Natron blanchieren. Anschließend in einer Pfanne anschwitzen und mit der süßen Sahne ablöschen. Das Schweinekotelett mit dem Rahmwirsing und den Rösti auf Tellern anrichten und servieren.

Alfred Wissel am 03. April 2012

## Schweine-Koteletts mit Apfel-Stampf-Kartoffeln

### Für 2 Personen

2 Schweinekoteletts a 150 g	500 g vorw. festk. Kartoffeln	50 g Pancetta
1 säuerlicher mürber Apfel, groß	1 Zweig Rosmarin	1 Zehe Knoblauch
100 ml trockener Weißwein	1 EL grober Dijonsenf	Olivenöl
Meersalz	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, würfeln in kochendem Salzwasser etwa 15 Minuten garen. Anschließend abgießen und ausdämpfen lassen. Den Apfel schälen, entkernen, vom Strunk befreien und in kleine Würfel schneiden. Die Koteletts waschen und trockentupfen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Koteletts auf jeder Seite drei Minuten anbraten. Anschließend das Öl abgießen, dünn mit dem Dijonsenf bestreichen, mit etwas Olivenöl beträufeln, den Knoblauch andrücken und gemeinsam mit dem Rosmarin um die Koteletts verteilen und 15 Minuten im Backofen garziehen lassen. In einer anderen Pfanne Olivenöl erhitzen. Die Pancettascheiben in etwa drei Millimeter dicke Streifen schneiden und einige Minuten in der Pfanne anbraten. Anschließend herausnehmen, die Kartoffelwürfel ins Bratfett geben und darin goldbraun anbraten. Die Apfelwürfel hinzugeben und kurz mitbraten. Anschließend mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Abschließend das Ganze mit dem Kartoffelstampfer grob zerdrücken, die Pancettascheiben wieder hinzugeben und mit Meersalz und Pfeffer würzen. Die Koteletts aus dem Backofen nehmen, mit Meersalz und Pfeffer würzen und mit dem Kartoffelstampf auf Tellern anrichten.

Christine Schubert am 15. August 2011

## Schweine-Kröstchen mit grünen Nudeln und Curry-Soße

### Für zwei Personen

6 Schweinemedallions à 80 g	1 Brokkoli	2 Scheiben Weißbrot
80 g Mehl	150 g Mehl, Typ 405	60 g Hartweizengrieß
2 Eier	250 g Blattspinat	50 g Butter
1 Ei	100 ml süße Sahne	100 ml Weißwein
100 ml Geflügelfond	Olivenöl, gelbes Curry	Salz, Pfeffer

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. In einer Schüssel das Mehl, den Grieß und etwas Salz vermengen. Den Spinat, die Eier und einige Tropfen Olivenöl pürieren und durch ein Sieb passieren. Nun die Spinat-Ei-Masse zu dem Mehl und Grieß geben und das Ganze zu einem festen Teig verkneten. Den Nudelteig bei Zimmertemperatur etwa 20 Minuten ruhen lassen. Salzwasser zum Kochen bringen. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Die Schweinemedallions waschen, trocken tupfen und mit der Hand leicht breit drücken. Diese mit Salz und Pfeffer würzen. Die Medallions in Mehl wenden und in der Pfanne anbraten. Anschließend die Medallions in eine Gratinform geben. Den Brokkoli putzen, waschen und in kleine Röschen teilen. Diesen in Salzwasser bissfest garen und danach kalt abspülen. Die Weißbrotscheiben in kleine Würfel schneiden. In eine Schüssel das Ei aufschlagen und 50 Milliliter Sahne hinzugeben. Die Mischung mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Brotwürfel und den Brokkoli ebenfalls hinzugeben und gut verrühren. Alles über die Medallions geben und im Ofen zehn Minuten gratinieren. Die Butter in einem Topf zerlassen, 30 Gramm von dem Mehl einrühren und anschwitzen. Mit etwas Weißwein, der restlichen süßen Sahne und Geflügelfond auffüllen und mit Curry, Salz, und Pfeffer kräftig würzen. Die Soße zehn Minuten köcheln lassen. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Nudelteig mit der Nudelrolle dünn ausrollen und durch die Nudelmaschine wälzen, bis die gewünschte Teigdicke erreicht ist. Daraus dünne Nudeln schneiden. Diese im Salzwasser bissfest garen. Die Nudeln zusammen mit den Medallions und der Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Theres Hanel am 10. Oktober 2012

## Schweine-Lendchen im Speckmantel mit Spätzle

### Für zwei Personen

2 Schweinelendchen, à 200 g	6 Scheiben Schinken	1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel	50 g Grieß	3 Eier
1 Muskatnuss	100 g Kräuterschmierkäse	100 g Sahneschmierkäse
3 EL Senf	200g Mehl	1 Msp. Backpulver
100 g Sahne	150 ml Gemüsefond	130 ml Mineralwasser
Olivenöl, Butter	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in daumendicke Scheiben schneiden. Mit Senf bestreichen und mit je einer Scheibe Räucher-schinken umwickeln. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend für circa 15 bis 20 Minuten zum Garen in den Backofen geben. Für den Spätzleteig das Mehl, zwei Eier und ein Eigelb, das Backpulver, das Mineralwasser, den Grieß und etwas Pfeffer und Salz vermengen und schaumig schlagen. Salzwasser in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Etwas Butter erhitzen und beides glasig anbraten. Mit Sahne und Gemüsefond auffüllen und reduzieren lassen. Die beiden Käsesorten einrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Spätzle in das Wasser reiben und solange kochen, bis sie oben schwimmen. Anschließend abgießen. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Spätzle darin schwenken. Die Schweinelendchen aus dem Ofen nehmen und mit den Spätzle auf Tellern anrichten. Die Soße über die Spätzle geben und servieren.

Silvia Meemann am 28. August 2012

# Schweine-Lendchen im Wirsing-Mantel mit Kartoffel-Talern

## Für zwei Personen

1 Schweinelendchen, à 300 g	100 g Kalbfilet	30 g Speck, am Stück
250 g mehligk. Kartoffeln	100 g weiße Champignons	1 Wirsing
1 Schalotte	1 weiße Zwiebel	3 Stängel glatte Petersilie
1 Bund Salbei	1 Muskatnuss	100 g Crème-fraîche
1 Ei	3 EL Weißwein	2 EL Weinbrand
150 ml brauner Kalbsfond	100 ml Schlagsahne	Sonnenblumenöl, Butter
Stärkemittel, Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen. Die Schweinelendchen waschen und trockentupfen. Etwas Öl erhitzen, das Fleisch darin kurz von allen Seiten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Kalbfleisch waschen, trockentupfen und durch den Fleischwolf drehen. Die Masse mit Crème-fraîche und einem Eigelb vermengen. Die Wirsingblätter waschen und kurz in heißem Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und die Mittelrippen entfernen. Die Schalotte abziehen und würfeln. Die Champignons putzen und in kleine Würfel schneiden. Die Butter zerlassen, die Champignons mit den Schalottenwürfeln darin dünsten lassen. Die Pilzmischung mit der Kalbfleischmasse vermengen, den Weinbrand zugeben und mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss abschmecken. Die Wirsingblätter nebeneinander legen, die Füllung gleichmäßig darauf verteilen, das Schweine-Fleisch darauf legen und die überhängenden Blätter um das Fleisch wickeln. Die Schweinelende in den Backofen legen und für circa 20 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Für die Sauce den Kalbsfond zum Kochen bringen, die Schlagsahne und den Weißwein hinzufügen und so lange einkochen lassen, bis eine sämige Sauce entstanden ist. Den Salbei zupfen, fein hacken und ebenfalls zugeben. Die Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen. Die Zwiebel abziehen und zusammen mit dem Speck in feine Würfel schneiden. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und den Speck anbraten. Die Petersilie vom Stiel zupfen und fein schneiden. Die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse geben und mit dem Speck und den Zwiebeln vermengen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken. Ein Backpapier leicht mit Stärke bestäuben. Die Masse zu einer Rolle formen und auf dem Backpapier in Form bringen. Die Rolle in Scheiben schneiden und diese in etwas Sonnenblumenöl von beiden Seiten goldgelb braten. Die Schweinelende aus dem Ofen nehmen und mit der Sauce und den Kartoffeltalern auf Tellern anrichten und servieren.

Jürgen Kandler am 19. Dezember 2012



## Schweine-Lendchen mit Pfifferling-Rahmsoße und Spätzle

### Für zwei Personen

400 g Schweinelendchen	200 g Pfifferlinge	100 g Feldsalat
1 Zwiebel, klein	6 Kirschtomaten	1 Lauchzwiebel
1 Zitrone	10 g Walnüsse	100 g Mehl
2 Eier	100 g Crème-fraîche	2 EL Butter
Butterschmalz	2 TL mittelscharfer Senf	2 EL Weinessig
3 EL Nussöl	50 ml Mineralwasser	100 ml trockener Weißwein
Zucker, Paprikagewürz	schwarzer Pfeffer, Salz	

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen. Die Pfifferlinge putzen und in gleich große Stücke schneiden. Die Schweinelendchen waschen, trocken tupfen und ebenfalls in gleich große Stücke schneiden. Das Mehl, ein ganzes Ei und ein Eigelb vermengen. Etwas Salz und das Wasser hinzugeben und alles gut miteinander vermengen, bis keine Bläschen mehr zu sehen sind. Anschließend die Masse mit einem Spätzlehobel in kochendes Salzwasser geben. Sobald die Spätzle an der Wasseroberfläche schwimmen sind sie fertig und werden aus dem Wasser genommen. Anschließend die Spätzle in der Butter schwenken. Eine Pfanne mit dem Butterschmalz erhitzen und die Lendchen in die Pfanne legen. Anschließend von allen Seiten gut anbraten. Danach die Schweinelendchen aus der Pfanne nehmen, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und im Backofen warm stellen. Die Lauchzwiebel von den Enden befreien, die äußere Haut abziehen und in feine Röllchen schneiden. Danach die Lauchzwiebel in die neue Pfanne geben und anbraten. Die Pfifferlinge ebenfalls in der Pfanne anbraten. Das Ganze mit dem Weißwein ablöschen und aufkochen. Anschließend die Crème-fraîche dazugeben und alles zusammen köcheln lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Den Salat verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Kirschtomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Die Walnüsse halbieren. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Für das Dressing den Essig, das Nussöl, den Senf, etwas Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft vorsichtig abschmecken. Anschließend alles miteinander in einer Schüssel vermengen. Die Schweinelendchen mit der Pfifferling-Rahmsoße, den selbstgemachten Spätzle und dem Feldsalat auf Tellern anrichten und servieren.

Stefanie Blamberger am 09. Mai 2012

## Schweine-Medaillon in Pilz-Rahm-Soße und Risi e bisì

### Für zwei Personen

1 Schweinefilet, à 150 g	200 g Reis	500 g braune Champignons
200 g Erbsen	3 Schalotten	400 ml Sahne
125 ml Weißwein	4 EL Rapsöl	Salz
Pfeffer		

Die Schalotten abziehen und klein hacken. Einen Esslöffel Rapsöl in einem Topf erhitzen und eine Schalotte darin glasig andünsten. Den Reis dazugeben und andünsten. Den Reis mit zwei Tassen Wasser auffüllen, salzen und köcheln lassen. Nach halber Garzeit die Erbsen unter den Reis heben und nach Bedarf etwas Flüssigkeit nachgießen. Den Reis und die Erbsen gar kochen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Das Filet von der Haut und den Sehnen befreien und in gleichmäßige Medaillons schneiden. Die Champignons putzen und vierteln. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons von beiden Seiten, auf dem Rand, gleichmäßig anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die restlichen Schalotten und die Champignons im selben Fett anbraten und mit dem Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Dann den Rest der Sahne zugeben, mit Pfeffer und Salz abschmecken und die warmgestellten Medaillons in die Soße geben und abschmecken. Die Schweinemedailons mit der Soße und Risi e bisì auf dem Teller anrichten und servieren.

Waltraud Heyer am 31. Oktober 2012

# Schweine-Medaillons im Speck-Mantel mit Kräuter-Füllung

## Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	4 Scheiben Frühstücksspeck	100 g Zartweizen
150 g grüne Sojabohnen	1 rote Paprika	60 g Speisezwiebel
1 Zehe Knoblauch	1 unbehandelte Zitrone	30 g Pinienkerne
1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Basilikum	1 Zweig Thymian
Mehl, Butter	80 ml Sahne	4 EL Olivenöl
60 ml trockener Wermut	60 ml Gemüfefond	1 EL Zucker
1 TL Curry	1 EL Chilifäden	Pfeffer, Salz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Petersilie und das Basilikum zupfen. Die Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Petersilie, das Basilikum, den Zitronensaft, die Pinienkerne, den Knoblauch, Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl fein pürieren. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und dann in Medaillons schneiden. In die Mitte der Medaillons kleine Taschen schneiden. In die Taschen das Pesto streichen. Anschließend die Medaillons mit dem Speck umwickeln und mit Küchengarn fixieren. Den Zartweizen in einem Topf mit etwas Öl anrösten, mit 200 Milliliter Wasser aufgießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Die Paprika vom Kerngehäuse und vom Strunk befreien und ebenfalls fein würfeln. Etwa die Hälfte der Zwiebeln und die Paprika in etwas Butter glasig dünsten. Die Medaillons im heißem Olivenöl beidseitig kurz anbraten und anschließend auf einem Blech mit Backpapier zum Garen in den Backofen geben. Die Pfanne mit dem Bratensud beiseite stellen. Die Sojabohnen kurz in Salzwasser blanchieren. Etwas Butter erhitzen und die restlichen Zwiebeln darin glasig dünsten. Anschließend den Zucker zugeben und braun werden lassen. Etwas Thymian zupfen und fein hacken. Die Bohnen abgießen und darin schwenken. Das Ganze mit etwas Sahne, Curry, Thymian und Chilifäden abschmecken. Für die Soße den Bratenrückstand mit dem Wermut ablöschen und mit dem Gemüfefond aufgießen. Die Soße anschließend mit etwas Butter und Mehl abbinden. Zu dem fertig gegarten Weizen die Zwiebel-Paprika-Mischung und die restliche Sahne hinzugeben und mit Salz abschmecken. Die Schweinemedallions im Speckmantel mit der Kräuterfüllung, den glasierten grünen Sojabohnen und dem Weizenrisotto auf Tellern anrichten und servieren.

Michaela Mandlbauer am 15. Oktober 2012

## Schweine-Medaillons mit Apfel-Cidre-Soße und Zartweizen

### Für 2 Personen

300 g Schweinefilet	150 g Zartweizen	1 grüner, saurer Apfel
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 Frühlingszwiebeln
150 ml Cidre	200 ml Sahne	Calvados
Sojasoße	Gemüsefond	Oliveöl
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für den Zartweizen Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und dann den Zartweizen hinzufügen. Etwas Gemüsefond hinzufügen und dann kochen lassen, bis der Zartweizen gar ist. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in daumendicke Scheiben schneiden. Dann mit Salz und Pfeffer würzen und ein paar Minuten zugedeckt liegen lassen. Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen, und dann in mundgerechte Stücke schneiden. Etwas Oliveöl in einer Pfanne erhitzen und dann die Schweinefiletscheiben in die Pfanne legen und von beiden Seiten zwei bis drei Minuten anbraten. Die Filets aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Backofen warm halten. Die Schalotten abziehen und ebenso wie die Frühlingszwiebeln klein schneiden. Beides in die zuvor benutzte Pfanne geben und glasig braten. Die Knoblauchzehe abziehen, fein hacken und hinzufügen. Dann die Apfelschnitzen dazugeben und immer wieder schwenken. Alles mit der Sojasoße und Pfeffer würzen und dann mit dem Cidre ablöschen. Etwa die Hälfte der Flüssigkeit verdampfen lassen, die Sahne hinzugeben und nochmals aufkochen. Am Ende das Ganze noch einmal mit der Sojasoße und dem Pfeffer abschmecken. Die Filets aus dem Ofen nehmen, nochmal für ein bis zwei Minuten mit in die Pfanne geben und in der Soße ziehen lassen. Den Calvados in eine Kelle geben, entzünden und dann vorsichtig über die Soße gießen. Das ganze abbrennen lassen und dann noch einmal umrühren. Die Schweinefiletmedaillons mit der Apfel-Cidre-Soße und dem Zartweizen auf Tellern anrichten und servieren.

Andreas Schmidt am 08. Dezember 2011

## Schweine-Medaillons mit Couscous-Salat

### Für zwei Personen

200 g Schweinefilet	100 g Couscous	300 g Kirschtomaten
50 g Lauchzwiebel	1 Salatgurke	1 unbehandelte Zitrone
1 Knoblauchzehe	150 ml Gemüsefond	1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL mittelscharfer Senf	1/2 Bund glatte Petersilie	3 EL Olivenöl
1 EL Butterschmalz	Salz, schwarzer Pfeffer	

Den Saft der Zitrone auspressen und zwei Esslöffel vom Saft mit einem halben Teelöffel Senf verrühren. Anschließend zwei Esslöffel Olivenöl darunter schlagen. Die Gurke waschen, trocken tupfen und in Streifen schälen. Danach die Gurke in Würfel schneiden. Die Tomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Die Lauchzwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in vier Medaillons schneiden. Die Blätter von der Petersilie zupfen und das Fleisch damit belegen. Einen Esslöffel Butterschmalz in der Pfanne erhitzen und die Medaillons darin rundherum scharf anbraten. Die Hitze reduzieren und zu Ende garen lassen. Den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Einen Esslöffel Öl in einem breiten Topf erhitzen. Den Lauch und Knoblauch zusammen mit dem Paprikapulver anschwitzen. Anschließend mit dem Fond ablöschen. Den Couscous einstreuen und quellen lassen. Die restliche Petersilie fein hacken. Die Vinaigrette zum Couscous geben und vermengen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten, die Gurke und Petersilie unterheben. Die Schweinemedallions mit dem Couscous auf Tellern anrichten und servieren.

Peggy Reinhold am 03. April 2012

# Schweine-Medaillons mit Gorgonzola-Kruste und Brokkoli

## Für 2 Personen

1 Schweinefilet, à 400 g	300 g mehligk. Kartoffeln	80 g Gorgonzola
40 g Parmesan	2 Brötchen, altbacken	1 Brokkoli
1 Bund Schnittlauch	1 Muskatnuss	140 g Kräuterbutter
40 g Butter	50 g Crème-fraîche	250 g Mehl
50 g gehobelte Mandelblättchen	3 Eier	100 ml Kalbsfond
50 g Brühwürfel, Suppenwürze	Sonnenblumenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und zehn Minuten im Wasser kochen. Den Gorgonzola-Käse und 100 Gramm von der Kräuterbutter im Ofen schmelzen lassen. Anschließend die Semmeln zerbröseln und dazugeben. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, von Haut und Sehnen befreien und in gleichmäßig dicke Scheiben schneiden. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Fleischscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und kräftig von beiden Seiten anbraten. Anschließend die Fleischscheiben in eine Auflaufform geben und die Gorgonzola-Kräuterbutter-Semmelbrösel-Masse gleichmäßig darüber verteilen. Mit Alufolie abdecken und im Ofen etwa 20 Minuten garen lassen. Den Bratenfond aus der Pfanne mit etwas Kalbsfond ablöschen und reduzieren lassen. Mit der Crème-fraîche andicken und warm halten. Anschließend die Kartoffeln abseihen und kurz ausdampfen lassen. Die Butter schaumig schlagen. Das Mehl, ein Eigelb und ein ganzes Ei einrühren. Etwas Muskatnuss reiben und mit etwas Salz dazugeben. Den Parmesan reiben und untermischen. Daraufhin die Kartoffeln pressen, dazugeben, vermengen und die Masse mit dem Fond abschmecken. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech kleine Pyramiden spritzen. Die Kartoffelspitzen mit dem restlichen Eigelb bestreichen. Für zehn Minuten im vorgeheizten Ofen goldgelb backen. Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Den Brokkoli waschen, in kleine Röschen schneiden und im Salzwasser gar kochen. Die restliche Kräuterbutter in einer Pfanne erhitzen, den gegarten Brokkoli darin schwenken und die Mandelblättchen dazugeben. Den Brokkoli mit etwas Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Medaillons aus dem Backofen nehmen und auf einem Teller anrichten. Den eingedickten Bratenfond neben dem Fleisch verteilen, die Prinzesskartoffeln aus dem Ofen nehmen und auf dem Teller platzieren. Den Brokkoli dazugeben, mit Schnittlauch garnieren und servieren.

Regina Eder am 23. Januar 2011

## Schweine-Medaillons mit Müsli-Panade und Peperonata

### Für zwei Personen

400 g Schweinefilet	5 mehligk. Kartoffeln	50 g Müsli, ohne Früchte
50 g getr. Öl-Tomaten	2 gelbe Paprikaschoten	2 rote Paprikaschoten
30 g Ingwer	1 grüne Peperoni	2 weiße Zwiebeln
2 Knoblauchzehen	3 Frühlingszwiebeln	100 g Butter
Butterschmalz	50 ml trockener Weißwein	200 ml Gemüsefond
5 Zweige Thymian	3 EL weißer Balsamico-Essig	Olivenöl, Chili, Zucker
schwarzer Pfeffer, Salz		

Die Kartoffeln in einen Topf geben und kochen. Die Paprika waschen, schälen, entkernen, vierteln und in Rauten schneiden. Die Zwiebel abziehen und klein hacken. Den Knoblauch abziehen und ebenfalls fein hacken. Den Ingwer schälen und halbieren. Die Peperoni entkernen und in feine Streifen schneiden. Von zwei der Thymianzweige die Blättchen abzupfen. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel und den Knoblauch anschwitzen. Anschließend mit dem Balsamico-Essig ablöschen, den Weißwein zugießen und etwas reduzieren. Mit dem Gemüsefond auffüllen und auf die Hälfte einkochen lassen. Die Paprika und den Ingwer hinzugeben, mit Salz abschmecken und vier Minuten köcheln lassen. Anschließend die Peperoni, die Thymianblättchen und die Schalotten zugeben. Weitere fünf Minuten köcheln lassen. Den Ingwer herausnehmen, anschließend mit Salz, Pfeffer, Chili und etwas Zucker abschmecken. Das Müsli in einem Zerkleinerer fein mahlen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen, anschließend in zwei Zentimeter dicke Medaillons teilen, mit wenig Olivenöl bestreichen, in die Frischhaltefolie einschlagen und leicht plattieren. Anschließend die Medaillons mit dem gemahlene Müsli panieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die restlichen Thymianzweige einlegen und die Medaillons bei mittlerer Hitze darin drei Minuten von jeder Seite braten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Kartoffeln aus dem Topf nehmen, heiß pellen, etwas abdampfen lassen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die Milch in einem Topf erhitzen und unter die Kartoffeln rühren. Die getrockneten Tomaten in Salzwasser zwei Minuten blanchieren, anschließend würfeln und mit der Butter unter das Püree rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schweinemedallions mit der Peperonata und dem Kartoffelpüree anrichten.

Walter Minuth am 16. Mai 2012

## Schweine-Medaillons mit Orangen-Soße

### Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	125 g Bandnudeln	2 unbehandelte Orangen
1 Zehe Knoblauch	1 EL Teriyaki-Sauce	1 EL Speiseöl
125 ml Gemüsefond	Speisestärke	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Bandnudeln einen Topf mit Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Wenn das Wasser kocht, die Bandnudeln hinein geben und bissfest garen. Danach die unbehandelten Orangen schälen und Filets heraus schneiden. Im Anschluss aus dem Rest der Orangen den Saft herausdrücken, in eine Schale geben und mit der Teriyaki-Sauce mischen. Nun den Knoblauch abziehen, durch die Knoblauchpresse drücken und zu dem Orangensaft und der Teriyaki-Sauce geben. Anschließend das Schweinefilet abwaschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Danach mit Salz und Pfeffer würzen. Nun das Speiseöl in eine Pfanne geben, erhitzen und das Schweinefilet darin anbraten. Danach mit der Orangen-Teriyaki-Sauce ablöschen. Im Anschluss das Schweinefilet aus der Pfanne nehmen, auf einen Teller geben und in dem vorgeheizten Backofen warm stellen. Nun den Gemüsefond zu dem Bratensud in die Pfanne geben und aufkochen lassen. Danach mit der Speisestärke andicken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die Orangenfilets dazugeben und kurz darin erhitzen. Die Bandnudeln abgießen und das Schweinefilet aus dem Ofen nehmen. Die Schweinemedallions mit der Orangensauce gemeinsam mit den Bandnudeln auf einem Teller anrichten und servieren.

Thorsten Jeromin am 03. Dezember 2012

## Schweine-Medaillons mit Pfeffer-Soße und Bratkartoffeln

### Für zwei Personen

4 Schweinemedallions	350 g festk. Kartoffeln	1 Salatherz
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	2 Zweige Rosmarin
1 EL mittelscharfer Senf	150 ml Crème-fraîche	1 EL grüne Pfefferkörner
2 EL Wermut	50 ml Gemüsefond	Butterschmalz, Öl
schwarzer Pfeffer, Salz		

Die Kartoffeln waschen und etwa zwölf Minuten in leicht kochendem Salzwasser garen. Die Schweinemedallions waschen, trocken tupfen und mit einem Plattireisen leicht anklopfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Senf bestreichen. Die Rosmarinzweige waschen und trocken schütteln. Die Knoblauchzehen sowie die Zwiebel abziehen und klein hacken. In einer beschichteten Pfanne etwas Öl erwärmen und einen Rosmarinzwig sowie eine Knoblauchzehe dazugeben. Die Medallions in der Pfanne von beiden Seiten goldbraun braten. Nach dem Braten das Fleisch herausnehmen und in Alufolie wickeln. Den Fleischsud mit dem Wermut ablöschen. Anschließend den Gemüsefond hinzufügen und die Soße bei mittlerer Hitze aufkochen. Die Crème-fraîche sowie die Pfefferkörner begeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch noch einmal kurz in der Soße ziehen lassen. Die gegarten Kartoffeln abgießen und in gleich große Scheiben schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze etwas Butterschmalz erhitzen, die restliche Knoblauchzehe sowie den verbliebenen Rosmarinzwig hinzufügen. Ebenso die Kartoffelscheiben und die Zwiebelstücke hinein geben. Das Ganze mit Pfeffer und Salz abschmecken. Ein paar Blätter vom Salat zupfen. Die Schweinemedallions mit den Bratkartoffeln und der Pfeffersoße auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit dem Salat garnieren und servieren.

Markus Unger am 09. Juli 2012



# Schweine-Medaillons mit Risotto und Baby-Möhren

## Für zwei Personen

1 Schweinefilet, à 300 g	250 g Risottoreis	1 Karotte
6 Babymöhren, mit Grün	10 Cherrytomaten	1 rote Paprika
1 gelbe Paprika	1 grüne Paprika	1 Lauchzwiebel
1 rote Chilischote	1 Zitrone	1 Zwiebel
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 Bund Basilikum
1 Bund Zitronenmelisse	1 Bund Petersilie, glatt	1 Bund Thymian
4 Zweige Rosmarin	1 EL Zucker	50 g Parmesan
210 g Butter	1050 ml Gemüfefond	100 ml Weißwein
Olivenöl, Balsamicocrema	Paprikagewürz	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in vier Medaillons zerschneiden. Die Medaillons mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rosmarinzwige waschen, trocken tupfen und je ein Medaillon mit einem Zweig durchstechen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen. Sobald die Pfanne heiß ist, das Fleisch hineingeben und von allen Seiten stark anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und zum Weitergaren in den vorgeheizten Backofen geben. Die Paprika waschen, entkernen und in Würfel schneiden. Die Karotte schälen und ebenfalls in Würfel schneiden. Die Cherrytomaten waschen, trocken tupfen und klein schneiden. Die Lauchzwiebel sowie die Chilischote waschen, trocken tupfen und in sehr feine Ringe schneiden. Die Zitrone waschen, trocken tupfen und etwas von der Schale abreiben. Den Parmesan reiben. Den Zitronenthymian, die Petersilie und den Thymian waschen, trocken tupfen und fein hacken. In einem Topf 200 Gramm der Butter schmelzen. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und zu der geschmolzenen Butter in den Topf geben. Einen Liter des Gemüfefonds in einem weiteren Topf erwärmen. Den Risottoreis zu den gedünsteten Zwiebeln geben und kurz anbraten. Mit etwas von dem Fond und dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Das Risotto immer wieder rühren und mit Fond auffüllen. Nach circa 15 Minuten die Paprikawürfel und die Karotte zugeben. Die restliche Butter in einem weiteren Topf erhitzen. Die Babymöhren schälen und in der Butter andünsten. Die Schalotte sowie die Knoblauchzehe abziehen, fein hacken und zusammen mit dem Zucker zu den Möhren geben. Sobald der Zucker karamellisiert, mit der restliche Brühe ablöschen, mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und einige Minuten köcheln lassen. Das Basilikum waschen, trocken tupfen, fein hacken und zu den Möhren geben. Die Tomaten, die Lauchzwiebel, die Chili, die abgeriebene Zitronenschale, den Parmesan sowie die übrigen gehackten Kräuter zu dem Risotto geben und gut verrühren. Zugedeckt circa zwei Minuten ruhen lassen. Die Medaillons aus dem Ofen nehmen. Zusammen mit dem Risotto und den Möhren auf einem Teller anrichten. Mit der Balsamicocrema garnieren und servieren.

Marcel Kiefer am 02. Oktober 2012

## Schweine-Medaillons mit Roquefort-Soße und Blattspinat

### Für zwei Personen

3 Schweinemedallions, à 60 g	200 g Blattspinat	2 Knoblauchzehen
1 Zitrone	1 Schalotte	1 Birne
60 g Roquefort	1 Muskatnuss	1 Zweig Thymian
6 Wacholderbeeren	150 g Sahne	1 EL Wodka
2 EL Wermut	2 EL Weißwein	4 EL Gemüsefond
1TL Puderzucker	Butter, Olivenöl	Zimt, roter Pfeffer
Salz, schwarzer Pfeffer		

Butter mit einem Schuss Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Den Knoblauch, den Thymian und die Wacholderbeeren anbraten. Die Schweinemedallions waschen, trocken tupfen und ebenfalls anbraten. Anschließend herausnehmen und in Alufolie ruhen lassen. Die Schalotte abziehen und in der Fleischpfanne glasig dünsten. Den Wermut, den Weißwein und den Fond dazugeben und einkochen lassen. Den Spinat waschen und trocken schleudern. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Blattspinat garen, bis er zusammenfällt. Mit etwas Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Die Wacholderbeeren und den Thymian aus der ersten Pfanne nehmen. Die Sahne und den Roquefort dazugeben und gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Birne schälen und vierteln. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und braun werden lassen. Den Zimt und den Puderzucker in die Butter geben, bis es leicht karamellisiert. Die Birnen darin schwenken. Die Schweinemedallions auf einem Teller anrichten. Die Birnen und den Spinat dazugeben. Mit der Roquefortsoße garnieren und servieren.

Christian Harzheim am 25. Juni 2012

# Schweine-Medaillons mit Semmel-Knödeln, Pilz-Speck-Soße

## Für 2 Personen

2 Schweinemedallions, a 150 g	250 g Weißbrot, vom Vortag	200 g braune Champignons
2 Zwiebeln	100 g durchw. Speck	1 Bund glatte Petersilie
3 Eier	75 g Butter	125 g Crème-fraîche
250 ml Milch	125 ml Sahne	125 ml Gemüsesfond
100 ml Weißwein	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Medaillons waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Medaillons von beiden Seiten anbraten. Anschließend zum Garen in den Ofen geben. Den Bratensud aufbewahren. Die Milch leicht erhitzen und das Brot darin einweichen. Die Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Die Petersilie zupfen und zu den Zwiebeln geben. Das Ganze zu dem Brot geben und vermengen. Die Eier dazugeben. Aus der Masse Knödel formen und diese in Salzwasser garkochen. Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Den Speck würfeln. Den Bratensud mit dem Weißwein, der Sahne und dem Gemüsesfond aufgießen und köcheln lassen. Den Speck in einer Pfanne anbraten, die Champignons zugeben und ebenfalls kurz anbraten. Beides zu der Sauce geben. Die Crème-fraîche einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Medaillons aus dem Ofen nehmen und auf Tellern anrichten. Die Knödel neben dem Fleisch anrichten, mit der Sauce übergießen und servieren.

Nicole Besa am 12. September 2011

# Schweine-Medaillons mit Senf und Mandel-Kartoffeln

## Für 2 Personen

350 g Schweinemedallions	500 g Kartoffeln, fest	1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Kresse	4 EL gehackte Petersilie
1 Prise Speisestärke	200 g Schmand	50 g Mandeln, gehackt
4 EL Senf, süß	1 EL Zitronensaft	100 ml Fleischfond
Rapsöl	Olivenöl	Salz, schwarzer Pfeffer

Die Kartoffeln waschen, schälen und längs halbieren. Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und die Kartoffeln darin circa 20 Minuten garen. Die Frühlingszwiebel abziehen, putzen und das größere Stücke schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelstücke darin kurz anbraten und hinausnehmen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und das Fleisch von jeder Seite circa zwei Minuten anbraten, anschließend mit zwei Esslöffel Senf bestreichen, wenden und herausnehmen. Den Bratensatz mit dem Fleischfond ausfüllen. Die saure Sahne mit der Speisestärke verrühren und hinzugeben. Unter Rühren einmal kurz aufkochen lassen und mit etwas Senf, eine Prise Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken. Die Zwiebeln und das Fleisch zugeben und kurz erwärmen lassen. Die glatte Petersilie zupfen und fein hacken. Eine Pfanne mit etwas Rapsöl erhitzen und die Mandeln darin bräunen. Die Kartoffeln abgießen und die Mandel, die gezupfte Petersilie und etwas Zitronensaft hinzugeben und anschließend vorsichtig mischen. Abschließend alles auf einem Teller servieren und das Fleisch mit der Kresse bestreuen.

Liesa Johanna Henschke am 29. September 2011

## Schweine-Medaillons mit Spargel und Salzkartoffeln

### Für zwei Personen

2 Schweinemedallions	10 junge Kartoffeln, fest	500 g Spargel
1/2 Bund Salbei	2 harte Brötchen, gerieben	500 g Butter
Meersalz	Zucker	Salz, schwarzer Pfeffer

Den Spargel schälen und die Enden abschneiden. Reichlich Wasser mit Salz und Zucker erhitzen und den Spargel darin 20 Minuten garen. Die Kartoffeln abbürsten und in reichlich Salzwasser kochen. In einem Topf die Butter schmelzen. Die trockenen Brötchen reiben und in etwas Butter anrösten. Die Schweinemedallions waschen und trocken tupfen. Die Schweinemedallions mit dem Salbei in einer Pfanne anbraten. Die Kartoffeln abgießen und mit Meersalz salzen. Die Schweinemedallions auf einem Teller anrichten. Die Kartoffeln und den Spargel dazugeben. Die flüssige Butter über die Kartoffeln und die Butterbrösel auf den Spargel geben und servieren.

Maria Conze am 05. Juli 2012

## Schweine-Medaillons mit Speck-Bohnen und Kartoffeln

### Für zwei Personen

200 g Schweinefilet	300 g festk. Kartoffeln	6 Scheiben Frühstücksspeck
100 g Bohnen	0,5 Bund Petersilie	100 g Butter
200 ml Rinderfond	125 ml Sahne	1 EL Estragonenf
1 EL weiße Pfefferkörner	2 EL Speisestärke	Pflanzenöl, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffel putzen und in Viertel schneiden. Wasser in einem Topf erhitzen und die Kartoffeln darin kochen, bis sie fast gar sind. Anschließend die Kartoffeln abgießen, trocknen und im Backofen fertig garen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in Medaillons schneiden. Die Medaillons in Pflanzenöl scharf anbraten und im Backofen fertig garen. Den Bratensatz mit dem Rinderfond ablöschen. Die Pfefferkörner dazugeben und reduzieren. Anschließend den Senf und die Sahne dazugeben. Die Soße mit der Butter und Speisestärke binden. Die Bohnen von den Enden befreien. Die Bohnen kurz blanchieren. Jeweils einige Bohnen in Speck einrollen und anbraten. Das Schweinefilet auf einem Teller anrichten. Die Kartoffeln und die Bohnen dazugeben, mit der Pfeffersoße garnieren und servieren.

Jaqueline Kores am 24. September 2012

## Schweine-Medaillons mit Tomaten-Basilikum-Soße

### Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	2 Scheiben Toastbrot	40 g Cornflakes
25 g helle Sesamkörner	200 g Kirschtomaten	1 Knoblauchzehe
2 Eier	50 g Bergkäse	2 EL Schweineschmalz
75 ml Milch	1/2 Bund Basilikum	50 ml Olivenöl
Muskatnuss	Zucker	Chilipulver
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Sesam in einer Pfanne leicht anrösten. Dann die Kirschtomaten waschen, vom Strunk befreien und in Würfel schneiden. Mit etwas Chili, Zucker, Salz und Olivenöl abschmecken und das Ganze sämig einkochen. Das Basilikum schneiden und dazugeben. Anschließend das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in kleine Medaillons schneiden. Salzen und pfeffern und dann das Fleisch in die Tomatensoße setzen. Den Käse darüber reiben und das Ganze mit Deckel bei geringer Hitze für einige Minuten ziehen lassen. Den Knoblauch abziehen und zerreiben. Dann die Eier aufschlagen und mit der Milch verquirlen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, dem Knoblauch und etwas Muskat abschmecken. Anschließend den Toast darin einweichen und das Ganze in dem Schweineschmalz goldgelb ausbraten. Die Cornflakes zerdrücken und dann den Toast darin wälzen. Danach den Toast in den Sesamkörnern wälzen. Das rosarote Schweinemedailon mit Tomaten-Basilikum-Soße auf Tellern anrichten, mit etwas Basilikum garnieren und servieren.

Ingrid Peters am 13. März 2012

## Schweine-Medaillons, Amarenakirsch-Soße, Tagliatelle

### Für 2 Personen

2 Schweinemedailons, a 200 g	200 g Parma-Schinken	200 g Tagliatelle
200 g Amarenakirschen	1 mehlig kochender Apfel	1 Limette
250 ml Gemüsefond	Butter	100 ml Portwein
1 EL Zucker	Olivenöl	schwarzer Pfeffer
Salz		

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Schweinemedailons waschen und trocken tupfen. Danach mit dem Parma-Schinken ummanteln und in einer Pfanne von allen Seiten gut mit Öl anbraten. Anschließend 20 Minuten lang im Ofen backen. Die Tagliatelle in Salzwasser gar kochen. Die Amarenakirschen in einer Kasserolle erhitzen und mit etwas Gemüsefond aufgießen. Danach mit dem Portwein, Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Den Apfel schälen, klein schneiden und entkernen. Danach in einer kleinen Pfanne glasig dünsten und mit dem restlichen Gemüsefond ablöschen. Die Schweinemedailons in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden und die Tagliatelle mit den Apfelscheiben vermischen. Die Sauce mit etwas Butter vermengen und das Ganze über die Nudeln gießen. Die Limette halbieren, eine Hälfte auspressen und etwas Limettensaft über die Nudeln geben. Die andere Limettenhälfte vierteln. Die Schweinefiletmedaillons mit der Amarenakirschsauce und den Apfeltagliatelle auf Tellern anrichten, mit den Limettenstücken dekorieren und servieren.

Christian Stadler am 17. November 2011

## Schweine-Steak au poivre vert, Hush puppies, Ziegenkäse

### Für zwei Personen

2 Schweinesteak, à 225 g	4 Scheiben Bacon	150 g Ziegenkäse
250 g Maismehl	3 Mini-Maiskolben	90 g Zuckermais
1 Zwiebel	1 Stängel Rosmarin	1 Ei
50 g Butter	80 g Mehl	1 EL grüne Pfefferkörner
1 TL Paprikapulver	1 Pck. Backpulver	250 ml Buttermilch
1 EL Brandy	70 g flüssiger Honig	100 ml Olivenöl
Maisöl, Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Ziegenkäse in vier Scheiben schneiden und mit einem Esslöffel Honig beträufeln. Jeweils eine Scheibe Bacon um den Käse wickeln. Anschließend den Käse jeweils mit Olivenöl beträufeln. Den Rosmarin zupfen und auf den Käse streuen. Den Ziegenkäse in den Backofen geben, bis der Bacon knusprig ist. Die Maiskörner mit dem Mehl, dem Maismehl, dem Backpulver und dem Paprikapulver in einer Schüssel vermengen. Etwas Salz hinzugeben. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Das Ei mit der Buttermilch vermengen und die gehackte Zwiebel hinzugeben und mit der Teigmasse vermengen. Maisöl in einer Pfanne erhitzen. Anschließend esslöffelweise den Teig in die Pfanne geben und vier Minuten backen. Die Minimaiskolben waschen, trocken tupfen und in der Pfanne mit anbraten, bis diese goldbraun sind. Das Steakfleisch waschen und trocken tupfen. Die Butter, die Pfefferkörner, den Brandy und etwas Salz zu einer Masse vermengen. Anschließend das Fleisch mit der Masse bestreichen. Eine Pfanne mit Maisöl erhitzen und das Fleisch anbraten. Nach einigen Minuten aus der Pfanne rausnehmen und fünf Minuten ruhen lassen. Das Steak mit den Hush puppies und den Ziegenkäserollen auf einem Teller anrichten und servieren.

Gabriele Hart am 10. September 2012

## Schweine-Steak-Toast à la Chef

### Für zwei Personen

2 Schweinesteaks, à 150 g	2 Scheiben Sandwichtoast	100 g Speckstreifen
2 Zwiebeln	1 Tomate	1 Gurke
1 Kopfsalat	2 Chilischoten, mild	50 g schwarze Oliven
50 g Zucker	125 ml Kräuteressig	1 EL Olivenöl
Speiseöl, Butter	Paprikapulver	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Steaks waschen und trocken tupfen. Anschließend zwischen Klarsichtfolie legen und flach klopfen. Etwas Speiseöl in einer Pfanne erhitzen und die Steaks von beiden Seiten anbraten. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und zum Warmhalten in den Backofen geben. Die Speckstreifen in einer Pfanne ohne Fett erhitzen und anbraten. Anschließend beiseite stellen. Die Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, etwas Öl hinzugeben und die Zwiebelringe anbraten. Aus dem Kräuteressig, dem Olivenöl, dem Zucker, etwas Wasser, Salz und Pfeffer eine Marinade herstellen. Die äußeren Blätter von dem Salat trennen, waschen und durch die Marinade ziehen. Die Hälfte der Gurke in Scheiben schneiden. Die Tomate vom Kerngehäuse befreien und ebenfalls in Scheiben schneiden. Beides ebenfalls durch die Marinade ziehen. Den Salat auf Tellern anrichten und die Chilischote oben auf geben. Die Toasts im Toaster rösten. Das Brot neben den Salat legen. Zuerst mit einem Steak, dann mit Speck und den Zwiebelringen belegen. Die Oliven fein hacken und oben auf geben. Das Steak zuklappen und mit dem Salat servieren.

Maxi Rabai am 06. August 2012

## Selbstgemachte Mohn-Bandnudeln mit Schweine-Filet

### Für zwei Personen

250 g Schweinefilet	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Zweig glatte Petersilie	2 Eier	150 g Schmand
1 TL Tomatenmark	400 g Weizenmehl	2 TL Mohn
2 EL Portwein	Speisestärke	edelsüßes Paprikapulver
Cayennepfeffer	Olivenöl, Butter	Salz, Pfeffer

Aus den Eiern, dem Mehl, etwas Salz und einem Schuss Olivenöl einen Teig herstellen und einige Minuten ruhen lassen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Das Fleisch waschen, trocken tupfen in Streifen schneiden und mit der Speisestärke bestäuben. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und das Fleisch scharf anbraten. Die Zwiebel, den Knoblauch, etwas Paprikapulver und Cayennepfeffer zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Portwein zu dem Fleisch geben und köcheln lassen. Den Nudelteig durch die Maschine geben, bis die Nudeln die gewünschte Konsistenz erreicht haben. Reichlich Salzwasser erhitzen und die Nudeln darin garkochen. Das Tomatenmark und den Schmand zu der Sauce geben. Die Nudeln abgießen und mit dem Mohn und einem Schuss Olivenöl vermengen. Die Petersilie zupfen. Die Nudeln auf Tellern anrichten, mit der Sauce überziehen, mit Petersilie garnieren und servieren.

Nicole Otte am 19. Dezember 2012

## Spätzle mit Schweine-Medaillons und Käse

### Für zwei Personen

1 Schweinefilets, à 300 g	250 g Emmentaler, am Stück	250 g Mehl
3 Eier	125 ml Mineralwasser	Butter, Butterschmalz
schwarzer Pfeffer, Salz		

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Das Mehl in eine Schüssel sieben und die Eier sowie das Mineralwasser unterrühren. Den Teig mit einer kräftigen Prise Salz würzen und so lange schlagen, bis er Blasen wirft. Den Spätzleteig kurz beiseite stellen. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in sechs Portionen schneiden. Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen und die Schweinemedallions von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen fertig garen. Ausreichend Wasser in einem Topf mit viel Salz zum Kochen bringen. Den Spätzleteig portionsweise in das siedende Wasser schaben. Wenn die Spätzle oben schwimmen, diese abschöpfen und abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Spätzle darin gold-gelb anbraten. Den Käse reiben und über die Spätzle geben. Die Käsespätzle mit den Schweinemedallions auf Tellern anrichten und servieren.

Marie Schiefen am 08. August 2012

## Spinat-Gorgonzola-Risotto mit Schweine-Filet

### Für 2 Personen

200 g Schweinefilet	125 g Arborioreis	200 g frischer Blattspinat
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 unbehandelte Limette
25 g Mascarpone	20 g Parmesan	80 g Gorgonzola
800 ml Gemüsefond	50 ml trockener Weißwein	1 EL Schweineschmalz
2 EL Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Fond in einem Topf erhitzen. Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Das Schweineschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Filet darin von allen Seiten scharf anbraten, anschließend in den vorgeheizten Backofen geben. Den Spinat waschen und in heißem Wasser kurz blanchieren, abgießen und in Eiswasser abschrecken. Die Schalotte abziehen und fein hacken. Den Parmesan fein reiben. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin langsam glasig dünsten, den Knoblauch abziehen und dazu pressen. Anschließend den Reis dazugeben, kurz anschwitzen lassen und nach und nach den heißen Fond dazugeben. Das Ganze unter ständigem Rühren bissfest garen. Anschließend den Spinat unterrühren und mit der Mascarpone und dem Weißwein verfeinern. Abschließend den Parmesan und den Gorgonzola unterheben und das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Schweinefilet aus dem Ofen holen, kurz ruhen lassen und danach aufschneiden. Das Risotto mit den Schweinefiletscheiben auf Tellern anrichten und mit etwas Limettensaft garnieren.

Björn Berg am 23. November 2011



## Trilogie von Birnen, Bohnen und Speck

### Für 2 Personen

2 Schweinemedallions á 150 g	350 g Kartoffeln, mehlig	10 Scheiben Bacon
2 Scheiben iberischer Schinken	50 g Schinkenwürfel	1 Würfel Bauchspeck
200 g dicke Bohnen	200 g Brechbohnen	4 Kochbirnen
25 g Butter	1 Zweig glatte Petersilie	1 Zweig Bohnenkraut
1 Muskatnuss	75 ml Schlagsahne	Salz
schwarzer Pfeffer		

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und großzügig salzen. Die Kartoffeln waschen und in dem Salzwasser weichkochen. Die Kartoffeln anschließend abgießen, pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die Sahne in einem separaten Topf erhitzen und unter die Kartoffelmasse geben. Anschließend einen Esslöffel Butter hinzufügen und das Püree mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss abschmecken. Nach Bedarf eine Kochbirne fein würfeln und unterrühren. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und großzügig salzen. Die Brechbohnen waschen und die Enden abschneiden. Die dicken Bohnen auspülen und gemeinsam mit den Brechbohnen im Salzwasser blanchieren. Zwei Kochbirnen und den Bauchspeck ebenfalls in Salzwasser blanchieren. Anschließend eine Birne fein würfeln und die andere in Streifen schneiden. Die Bohnen abgießen, in kaltem Wasser abschrecken und die Bohnenkerne aus der Schale drücken. Jeweils fünf Brechbohnen und zwei Birnenstreifen mit einer Scheibe Bacon zu einem kleinen Paket einrollen. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Birnenwürfel, die Schinkenwürfel und die Bohnenkerne ebenfalls in darin anbraten. Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen, die Schweinemedallions in eine Scheibe Bacon einrollen und von allen Seiten anbraten. Anschließend die Bohnen-Bacon Pakete ebenfalls in die Pfanne geben und anbraten, Birnen, Bohnen und Speck auf einem Teller anrichten und zusammen mit dem Kartoffelpüree servieren.

Tina Meier am 19. September 2011

## Waliser Schweine-Filet mit Kartoffel-Püree

### Für zwei Personen

300 g Schweinefilet	3 mehlig. Kartoffeln	2 El Haselnusskerne
400 g Lauch	1 roter Apfel	2 El Rosinen
200 ml Gemüsefond	250 ml Sahne	2 TL körnigen Senf
2 El Pflanzenöl	5 El Butter	2 El heller Saucenbinder
Salz, schwarzer Pfeffer		

Die Kartoffeln schälen und in reichlich Salzwasser gar kochen. Den Lauch putzen, das Weiße und Hellgrüne in zwei Zentimeter breite Ringe schneiden. Den roten Apfel vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Zwei Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten scharf anbraten. Das Fleisch herausnehmen. In der Pfanne einen Esslöffel Butter erhitzen und den Lauch und den Apfel darin anbraten. Die Haselnüsse und die Rosinen dazugeben. Mit dem Gemüsefond ablöschen und den Senf unterrühren. Das Schweinefilet dazugeben und 15 Minuten kochen lassen. Anschließend das Fleisch herausnehmen und ruhen lassen. Die Sauce mit Saucenbinder binden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln ausdampfen lassen und mit vier Esslöffeln Butter und der Sahne stampfen. Das Schweinefilet auf einem Teller anrichten und das Kartoffelpüree dazugeben. Mit der Sauce garnieren und servieren.

Oliver Schwabe am 12. Dezember 2012

# Index

- Artischocke, 42
- Bauch, 5, 16
- Bohnen, 1, 8, 13, 17, 20, 61, 70
- Bratkartoffeln, 19, 66
- Brokkoli, 4, 21, 56, 64
- Cordon-bleu, 3, 4
- Couscous, 63
- Erbsen, 20, 47, 60
- Fenchel, 8
- Filet, 1–3, 6, 8, 9, 11, 15, 17, 18, 20–22, 24–50, 52, 53, 57–67, 70, 71, 73–75
- Fleisch, 3, 4, 16, 51, 57
- Geschnetzeltes, 53
- Gulasch, 50
- Gurke, 18, 29, 31, 35, 53, 54, 63, 73
- Kürbis, 14, 20
- Kasseler, 18
- Knödel, 9, 16, 43, 69
- Kotelett, 5, 13, 19, 23, 54, 55
- Lauch, 37, 75
- Möhren, 5, 6, 13, 14, 20, 24, 26, 35, 37, 43, 44, 47, 49, 51, 54, 67
- Medaillons, 14, 56, 60–71, 74, 75
- Nacken, 7, 19
- Nudeln, 8, 10, 12, 24, 26, 38–41, 57, 59, 71, 74
- Paprika, 2, 7, 11, 35, 51, 59, 61, 65, 67
- Pilze, 1, 6, 11, 12, 18, 24, 27, 29, 34–36, 39, 40, 58–60, 69
- Polenta, 33
- Porree, 20
- Rösti, 36, 54
- Rüben, 38
- Rücken, 10
- Radieschen, 26
- Reis, 17, 21, 22, 27, 32, 34, 51–53, 60, 67, 74
- Rettich, 16
- Rosenkohl, 45
- Rote-Bete, 18, 31, 44
- Rucola, 26, 29
- Schnitzel, 12, 14, 53
- Schoten, 65, 73
- Sellerie, 29, 37, 38
- Spargel, 10, 44, 70
- Spinat, 8, 9, 35, 50, 56, 68, 74
- Steak, 72, 73
- Wirsing, 1, 28, 54, 58
- Zucchini, 2, 11, 20, 24, 30, 35, 48