

Schweine-Medaillons in Tomaten-Sahne-Soße, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

1 Schweinefilet à 400 g neutrales Pflanzenöl Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

100 g Bauchspeck, Würfel 100 g Sahne 1 Knoblauchzehe
1 Tomate 1 EL Pfefferkörner 1 EL mittelscharfer Senf
1 TL Tomatenmark Salz Pfeffer

Für die Klöße:

250 g Mehl 100 g Magerquark 2 Eier
 $\frac{1}{2}$ Prise Muskat 20 ml Mineralwasser $\frac{1}{2}$ TL feines Salz

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Gurke $\frac{1}{2}$ Zwiebel 100 g saure Sahne
4 EL Essig 1 TL flüssiger Süßstoff $\frac{1}{4}$ Bund Dill
Salz Pfeffer

Für das Fleisch:

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch waschen, trockentupfen und in etwa 2 cm dicke Medaillons schneiden.

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit wenig Öl von beiden Seiten scharf anbraten.

Das Fleisch im vorgeheizten Ofen warmstellen.

Für die Sauce:

Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Tomate waschen, trockentupfen, halbieren, den Strunk herausschneiden und grob hacken. Den Knoblauch mit Tomatenmark, Tomaten, den Speckwürfeln und dem Pfeffer in einer Pfanne etwa 4 Minuten anrösten.

Sahne und Senf in die Pfanne geben kräftig aufkochen lassen. 75 ml Wasser angießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Klöße:

Aus Mehl, Eiern, Quark, Mineralwasser, Muskat und Salz einen glatten Teig anrühren.

Den Teig zwei Esslöffeln abstechen und in einem Topf mit sprudelnd kochendem Salzwasser etwa 4 Minuten kochen.

Für den Salat:

Die Gurke waschen, schälen und in Scheiben hobeln. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Den Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Essig, saure Sahne, Süßstoff, Dill, Salz und Pfeffer zu einer Creme anrühren.

Die Gurkenwürfel mit der Creme vermengen.

Die Schweine-Medaillons in Tomaten-Sahne-Sauce mit Gurkensalat und Quark-Mehl-Klößen auf Tellern anrichten und servieren.

Stefan Kümmerth am 10. Juli 2017