

Vincent Klink

Donnerstag, 16. August 2012

Schweinefilet mit Gorgonzola gefüllt, Rezept für 4 Personen

Zutaten

6 Kartoffeln, halbfest kochend
Etwas Butter
Etwas Salz, Pfeffer
1 Prise Muskat
60 ml Gemüsebrühe
60 ml Sahne
1 Schweinefilet (ca. 600 g)
1 Bund Basilikum
150 g Gorgonzola, mild
50 g fein gezupfte Weißbrotkrumme (ohne Rinde)
1 Zweig Rosmarin
2 EL Butterschmalz
600 g Blattspinat
1 Schalotte



Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Kartoffeln schälen, in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. In vier kleine gebutterte flache Förmchen schichten, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, mit Brühe und Sahne übergießen. Das Kartoffelgratin im Backofen ca. 35 Minuten garen.

Das Schweinefilet am dicken Ende mit einem dicken Kochlöffelstiel oder einem Wetzstahl bis nach hinten zum dünn auslaufenden Ende durchstechen. (So schafft man der Länge nach genügend Raum um mit dem Spritzbeutel die Käsemasse einzufüllen.) Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Und mit dem zimmerwarmen Gorgonzola und den Brotkrumen mischen.

Die Masse in einen Spritzbeutel (mit großer Lochtülle) geben und das vorbereitete Schweinefilet damit füllen. Mit dem Rosmarinzwig (oder einem Zahnstocher) die Füllöffnung verschließen.

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne (mit backofengeeignetem Griff) mit 2 EL Butterschmalz von allen Seiten anbraten, in den Ofen geben und ca. 15 Minuten garen. Den Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen.

Schalotte schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter Schalotte anschwitzen, Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskat würzen.

Filet aus dem Ofen nehmen, kurz in Alufolie einpacken und ca. 5 Minuten ruhen lassen. Das Filet vorsichtig auspacken und den ausgetretenen Fleischsaft auffangen. Das Fleisch aufschneiden, mit dem Fleischsaft beträufeln und servieren.

Blattspinat und Kartoffelgratin dazu reichen.

Pro Portion: 481 kcal / 2012 kJ
19 g Kohlenhydrate, 47 g Eiweiß, 23 g Fett