

SCHWEINEFILET

IN BALSAMICO - GEHT WARM UND KALT



VOR-/ZUBEREITUNGSZEIT



ZUSÄTZLICHE RUHEZEIT



Genießer
ANZAHL DER PERSONEN

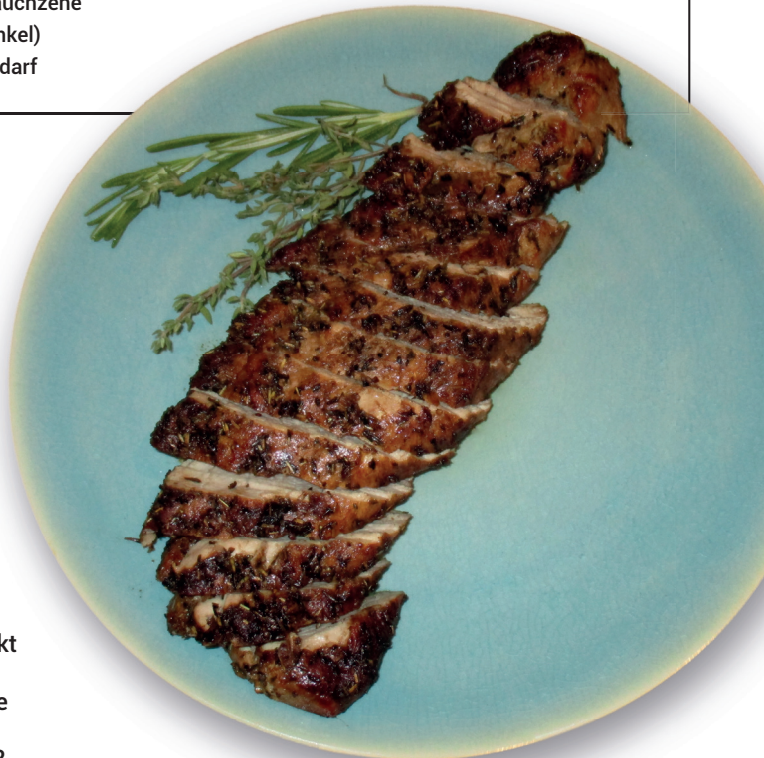
ZUTATEN:

- 1 Schweinefilet
- 1 TL gehackter Rosmarin
- 1 TL gehackter Thymian
- 1 fein gehackte Knoblauchzehe
- ca. 4 cl Balsamico (dunkel)
- etwas Wasser nach Bedarf
- Salz und Pfeffer
- 3 EL Olivenöl

DAS PASST DAZU:

BEILAGEN:

- Petersilienkartoffeln
- Kartoffelpüree
- Kroketten
- Pommes
- Reispfanne
- Kartoffelsalat
- Nudelsalat



Rezept direkt
auf dem
Smartphone
oder Tablet
anschauen?



SO GEHT'S:

1. Schweinefilet putzen, mit Salz und Pfeffer, den gehackten Kräutern sowie der Knoblauchzehe einreiben und ca. 1 Std. stehen lassen.
2. Den Backofen vorheizen (Umluft: 160 °C, Ober-/Unterhitze: 185 °C).
3. Das Olivenöl in einer ausreichend großen Pfanne erhitzen und das Schweinefilet von allen Seiten gut braun anbraten.
4. Mit dem Balsamico ablöschen und kurz durchschmoren lassen.
5. Zusammen mit dem aus der Pfanne abgekratzten Schmorsud in eine Brat-Form legen. Wenn nötig, ein wenig Wasser angießen.
6. Ca. 30 Min. im heißen Backofen braten. Wäh-renddessen nach Bedarf Wasser oder zusätzli-chen Balsamico angießen.

TIPP:

Dabei kann man nach Wunsch eine ganze Knolle ungeschälten, nur von den äußeren losen Häuten befreiten Knoblauch dazulegen. Den weich gewordenen Knoblauch kann man nachher leicht aus den Häutchen auf Brot oder Kartoffeln drücken.

7. Zum Servieren das Fleisch in beliebig dünne Scheiben schneiden und mit dem Bratensud übergießen. Dieses Gericht schmeckt warm so gut wie kalt und kann daher z. B. auch als Fingerfood für eine Party vorbereitet werden.

