

Schweinefilet

mit Kräuterkruste und Spargel

Zutaten für 4 Personen:

etwas	Pfeffer
etwas	Zitronensaft
etwas	Salz und Zucker
Bund	Petersilie und Basilikum
10 g	Butterschmalz
20 g	Butter
20 g	Semmelbrösel
50 g	Geriebener Parmesan
100 g	Kalte Butter
2 Stück	Schweinefilet à 600 g
2 kg	Weißer Spargel

Rezept:

Den Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Anschließend in leicht gesalzenem Wasser mit etwas Zucker, Zitronensaft und Butter etwa 15–18 Minuten bissfest garen. Den Spargelsud dabei aufbewahren.

Die Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken. Mit Parmesan und Semmelbröseln vermengen.

Das Filet abspülen, trocken tupfen, in 2–3 cm dicke Medaillons schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. In heißem Butterschmalz von beiden Seiten jeweils etwa 2 Minuten anbraten. Danach in eine feuerfeste Form legen.

Die Kräutermischung auf den Filets verteilen und im vorgeheizten Ofen etwa 5 Minuten überbacken.

Den Bratensatz in der Pfanne mit ca. 600 ml Spargelsud ablöschen und rund 3 Minuten köcheln lassen. Anschließend kalte Butter in Flöckchen einrühren und die Sauce nicht mehr aufkochen.

Die Filetmedaillons zusammen mit dem Spargel und der Sauce anrichten und servieren.