

REZEPTIDEE:

Rahmfilet mit Sommergemüse



Zutaten für 4 Personen

- ★ 1 großes Schweinefilet (ca. 650 g)
- ★ 1 EL Mandelblättchen
- ★ Salz und Pfeffer
- ★ 6 Scheiben Parmaschinken (à ca. 25 g)
- ★ 500 g kleine junge Kartoffeln (Drillinge)
- ★ 300 g Zucchini
- ★ 1 Bund Lauchzwiebeln (ca. 150 g)
- ★ 250 g Kirschtomaten
- ★ 7-8 Stiele Thymian
- ★ 2-3 EL Öl
- ★ 250 g Schlagsahne
- ★ 2 EL mittelscharfer Senf
- ★ 1/2-1 TL Zucker

Zubereitung

- Mandeln in einer Pfanne ohne Fett unter Wenden rösten, herausnehmen. Fleisch waschen, trocken tupfen, rundherum mit Salz und Pfeffer würzen und mit Schinken fest umwickeln.
- Kartoffeln gründlich waschen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Zucchini putzen, waschen und in Stücke schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und, bis auf 1/2 Lauchzwiebel zum Garnieren, in Ringe schneiden. Tomaten waschen. Thymian waschen, trocken schütteln, 2 Stiele zur Seite legen, Blättchen von den übrigen Stielen zupfen.
- Öl in einer großen, ofenfesten Pfanne erhitzen, Kartoffeln darin kräftig anbraten. Zucchini und Lauchzwiebeln zufügen, kurz mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten und Hälfte des Thymians zufügen. Gemüse auf eine Seite der Pfanne schieben. Fleisch in die Mitte der Pfanne geben und rundherum kräftig anbraten. Gemüse dabei ebenfalls wenden.
- Inzwischen Sahne und Senf verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Fleisch in der Mitte der Pfanne liegen lassen, so dass eine Trennung entsteht. Senf-Sahne in die freie Seite gießen. Pfanne in den vorgeheizten Backofen (E-Herd: 225 °C / Umluft: 200 °C / Gas: s. Hersteller) schieben und alles ca. 15 Minuten garen.
- Zur Seite gelegte Lauchzwiebel in feine Ringe schneiden. Pfanne aus dem Ofen nehmen, Fleisch vorsichtig herausheben, in Scheiben schneiden, wieder hineinsetzen. Mit Mandelblättchen, Thymian und Lauchzwiebel bestreut anrichten. Mit Thymian garnieren.

Guten Appetit!



bewusst Fleisch genießen, mit einem guten Gefühl aus den Händen erfahrener Spezialisten ihres Faches, bei der Metzgerei Hollweck sind Sie hier an der richtigen Adresse



Metzgereifachgeschäft Hollweck
Heidemannstr. 76 · 50825 Köln
Tel.: 0221 - 500 69 450

Öffnungszeiten:

Mo.: geschlossen
Di., Do., Fr.: 6:30 Uhr – 18:00 Uhr
Mi.: 6:30 Uhr – 13:30 Uhr
Sa.: 7:00 Uhr – 13:00 Uhr