

Dezember 2013

Schweinsfiletmedaillons mit Apfel-Calvados-Sauce

Hauptgericht für 4 Personen

VORBEREITUNGEN:**Backofen und Platte auf 80 Grad vorwärmen****Fleisch mind. 2 Std. vor der Verwendung aus dem Kühlschrank nehmen****8 mittlere Schweinsfiletmedaillons****Salz, Pfeffer, wenig Senf und Öl** die Filetstücke damit bestreichen**1 EL Bratfett**

in einer Bratpfanne erhitzen, danach die Medaillons insgesamt 3 Min. kräftig anbraten, sofort herausnehmen und auf der Platte im vorgeheizten Ofen 15 Min. niedergaren.

Wenn die Hitze auf 60 Grad reduziert wird, kann das Fleisch weitere 15 Min. warm gehalten werden.

SAUCE:**½ dl Calvados****1 dl kräftige Rindsbouillon**

Bratsatz in der Pfanne damit auflösen, auf die Hälfte einkochen lassen

2dl Vollrahm

zufügen, nur leicht köcheln

**2-3 TL rosa Pfefferkörner,
leicht gequetscht**

zugeben

evtl. Salz, Pfeffer

nach Bedarf abschmecken

GARNITUR:**1 EL Kochbutter**

in einer anderen Pfanne erwärmen

**2 mittlere, festkochende Äpfel,
z. B. Golden Delicious**

schälen, Kerngehäuse ausstechen, in Scheiben schneiden, danach in der warmen Butter leicht braten

ANRICHTEN:

Die Filetmedaillons auf vorgewärmte Teller geben, mit der Sauce leicht überziehen und mit den gebratenen Apfelscheiben garnieren. Mit Trockenreis, Bandnudeln oder mit Kartoffeln servieren.

VARIANTE:

Ganzes Schweinsfilet (600g) verwenden, rundherum 6 Min. anbraten und während 1 ½ Stunden bei 80 Grad niedergaren. Kann weitere 30 Min. bei 60 Grad warmgehalten werden.