


Schweinsfilet im Kartoffelmantel an Trüffelauce mit glasierten Rüeblì



Meine Wahl.

 Gesamtzeit: 1 h 30 min

 Aktivzeit: 1 h

 Mittel



Zutaten

für 4 Personen

- 1** Filet vom Schweizer Schwein à ca. 600 g, pariert
Salz, Pfeffer
- 2 EL** HOLL-Rapsöl
- 500 g** mehligkochende Kartoffeln, geschält, an der
Röstiraffel gerieben
- 100 g** Sbrinz AOP, gerieben
- 1 TL** Salz
- 2 TL** Paprika
- 3 EL** HOLL Rapsöl
- 1 TL** grobkörniger Senf
- 1 EL** flüssiger Honig
Salz, Pfeffer
- 1 EL** Butter
- 1** Schalotte, fein gehackt
- 0.5 dl** trockener Weisswein
- 2 dl** Fleischbouillon
- 2 dl** Vollrahm
- 3 TL** Trüffelöl
Salz, Pfeffer

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 809** kcal
- 45 g** Eiweiss
- 37 g** Kohlenhydrate
- 51 g** Fett

 Glutenfrei

 enthält Laktose

 Low Carb

Zubereitung

- 1** Fleisch ca. 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Fleisch trocken tupfen, würzen. Öl in einer Bratpfanne erhitzen, Filet rundum ca. 5 Minuten anbraten. Fleisch herausnehmen, Pfanne beiseitestellen.

- 2 Kartoffeln in ein sauberes Küchentuch geben, Flüssigkeit kräftig auspressen. Kartoffeln mit Käse und allen Zutaten bis und mit Sonnenblumenöl mischen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen, sehr gut flach drücken.
 - 3 Filet ebenfalls auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Senf und Honig verrühren, Rosmarin daruntermischen, würzen. Filet rundum damit bestreichen. Fleischthermometer in die Mitte des Filets stecken.
 - 4 Kartoffeln in der oberen Hälfte des auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 15 Minuten backen. Anschliessend den Ofen auf 160 °C (Heissluft/Umluft) umstellen und das Filet ca. 15 Minuten mitgaren, bis die Kerntemperatur 58–60 °C beträgt.
 - 5 Rüeblli schälen, in siedendem Salzwasser ca. 5 Minuten kochen, dann in einer Pfanne mit Butter und Honig bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten rundum karamellisieren, würzen, warm halten.
 - 6 Beide Bleche herausnehmen, ein paar Minuten ruhen lassen. Kartoffelmantel samt Backpapier auf die Arbeitsfläche legen, Filet darauflegen, mithilfe des Backpapiers Kartoffeln um das Filet wickeln.
 - 7 Butter in einer Pfanne erwärmen, Schalotte ca. 2 Minuten andünsten, mit Wein und Bouillon ablöschen, Rahm dazugiessen, ca. 5 Minuten einkochen, Trüffelöl begeben, würzen.
 - 8 Filet mit Trüffelsauce und Rüeblli servieren.
- Tipp
Wer Trüffel nicht mag, kann das Trüffelöl durch 1 Teelöffel Senf und ein paar Tropfen Worcestersauce ersetzen.