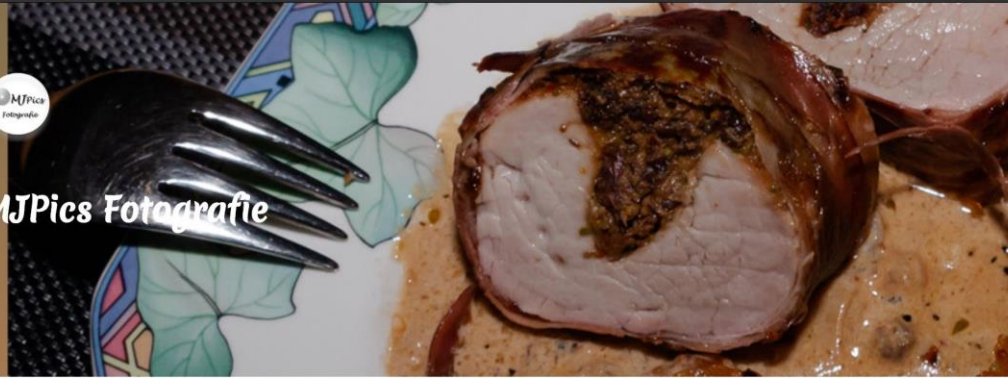




MJPics Fotografie

Gefülltes Schweinefilet
italienische Art



Gefülltes Schweinefilet italienische Art ...mit Basilikum-Soße

Rezept für 4 Personen

Backofen vorheizen auf 80° Ober/Unterhitze

- 1 Schweinefilet ca. 500-600
- 100 g Parmaschinken oder Schinkenspeck in dünnen Scheiben

Für die Farce (Füllung)

- 50 g getrocknete Tomaten
- 5 EL Olivenöl
- 2 EL geriebenen Parmesan
- 1 Mozzarella (125 g)
- 2 Knoblauchzehen
- 10 Blätter frisches Basilikum
- einige Zweige frischer Oregano
- einige Zweige frischer Thymian
- Salz
- schwarzer Pfeffer frisch gemahlen

Für die Basilikumsoße

- 1 mittelgroße Zwiebel
- 350 ml süße Sahne
- 7 Blätter frisches Basilikum
- Salz
- schwarzer Pfeffer frisch gemahlen
- etwas Paprikapulver

1. Zuerst die Farce zubereiten, dazu die getrockneten Tomaten klein schneiden, den Mozzarella zerpflücken und den Parmesan reiben
2. Zusammen mit den Gewürzen, Kräutern, dem geriebenem Parmesan und dem Olivenöl in einem Mixer zu einer Farce pürieren. Sollte die Mischung zu fest sein, gebt noch etwas Olivenöl hinzu. Wenn die Füllung fertig ist, beiseite stellen, dabei zuvor zwei bis drei EL abnehmen, die brauchen wir für die Soße
3. Jetzt vom Schweinefilet die Sehnen und das Fett mit einem scharfen Messer entfernen

4. In das Filet nun eine Tasche schneiden, dazu mit einem scharfen Messer in Längsrichtung das Filet oben einschneiden, und zwar bis kurz vor beiden Enden. Der Schnitt sollte so tief sein, dass die Füllung hinein passt.
5. Das Schweinefilet nun mit der Farce füllen und eventuell mit Zahnstochern verschließen und nun mit den Schinkenscheiben fest umwickeln
6. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und das Filet von allen Seiten scharf anbraten und in eine Auflaufform legen und in den vorgeheizten Backofen geben. Das Bratfett aufheben, das brauchen wir für die Soße
7. Das Schweinefilet nun für ca. 1 Stunde niedrig garen

Die Basilikumsoße:

1. Die Zwiebel schälen und ganz fein würfeln und in dem Bratfett des Schweinefilets hell andünsten
2. Die Sahne und die restliche Farce dazu geben. Sollte die Füllung nicht ganz ins Filet gepasst haben, diesen Rest auch noch in die Soße geben
3. Mit Salz, Pfeffer und dem Paprikapulver abschmecken und noch etwas einköcheln lassen
4. Kurz vor dem Anrichten die gezupften Basilikumblättchen in die Soße geben
5. Das Schweinefilet aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden, anrichten und mit Basilikumblättchen garnieren

Dazu passen sehr gut Tagliatelle

Wenn Ihr auch lieber Rösti statt Nudeln als Beilage hättet, dann ist hier das Rezept

Die Zubereitung für die Rösti

- 350 g Pellkartoffeln, am besten am Vortag kochen
 - Salz
 - Pfeffer
 - etwas geriebene Muskatnuss
 - 3 EL Rapsöl
1. Die am Vortag gekochten Kartoffeln pellen und auf einer Reibe grob raspeln. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss würzen. Nun kleine Rösti formen.
 2. Das Rapsöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Rösti in die Pfanne geben und von jeder Seite bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten goldgelb und knusprig braten.
 3. Aus der Pfanne nehmen, auf Küchenkrepp entfetten und warm stellen.

♥ Viel Spaß beim nachkochen und Guten Appetit ♥

Mehr Rezeptideen findet Ihr auf meiner Webseite

www.mjpics.de