

Schweinefiletscheiben mit Noilly Prat-Sauce und Kartoffelgratin



Zutaten für zwei Personen:

150-200 g Schweinefilet

Mehl zum Bestäuben

Kräuter der Provence

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 Knoblauchzehe (optional)

1/2 EL Olivenöl

50 ml Noilly Prat

75 ml kräftige Gemüsebrühe

2 TL Crème fraîche

4 Kirschtomaten als Garnitur (optional)

1. Schweinefilet sauber parieren und in 4-5 mm dicke Scheiben schneiden. Scheiben zwischen Folie aus aufgeschnittenen Gefrierbeuteln sehr dünn plattieren. Ganz leicht mit Mehl und nach Geschmack mit Käutern der Provence, Salz und Pfeffer bestreuen.

2. Optional Knoblauch schälen, halbieren, in einer großen beschichteten Pfanne in 1/2 EL Olivenöl anbraten und wieder herausnehmen.

3. Die Scheiben auf jeder Seite bei nicht zu starker Hitze 30-40 Sekunden portionsweise braten. In Alufolie warm stellen.

4. Bratensatz mit Noilly Prat ablöschen, einköcheln, Gemüsebrühe und Sahne zugeben, weiter einköcheln, nach Bedarf mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Hinweise:

Als Beilage Kartoffelgratin wählen. Siehe eigenes Rezept.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Hauptspeisen, Fleisch, Schwein, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 19.01.2023