

Schweinefilet mit Feigen

Kategorien: Fleisch, Schwein, Feige

Zutaten für: 8 Vorspeisen

2		Schweinefilets; a 375 g
		Salz
1	Bund	Schnittknoblauch; oder
1/2	Bund	Bärlauch
2	Teel.	Grob gestoßener Pfeffer
8	Scheiben	(dünn) Serrano-Schinken

FEIGEN

8		Frische Feigen
1	Essl.	Zucker
2	Essl.	Himbeersirup
1		Papaya; zum Anrichten

Anleitung:

Das Schweinefilet trockentupfen und salzen. Den Schnittknoblauch abspülen, trockentupfen und kleinschneiden (eventuell einige Halme zum Garnieren beiseite legen). Mit dem Pfeffer mischen und die Schweinefilets damit einreiben. Jeweils vier Scheiben Schinken nebeneinanderlegen und jeweils ein Schweinefilet darin einrollen. Die Filets jeweils fest in ein Stück Alu-Folie wickeln und die Enden zusammendrehen. Auf dem Rost im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad, Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3 etwa 45 Minuten garen. Aus dem Ofen nehmen und 15 Minuten ruhenlassen.

Für die Feigen: Die Feigen abspülen und halbieren. Den Zucker in einer Pfanne schmelzen lassen. Die Feigen mit der Schnittfläche nach unten hineinlegen und den Himbeersirup darübergießen. Deckel auflegen und bei kleiner Hitze acht bis zehn Minuten karamelisieren lassen. Fond mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schweinefilets in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden und zusammen mit den Feigen anrichten. Mit dem Fond beträufeln und eventuell mit dem restlichen Schnittknoblauch und Papayaspalten garnieren.

Nährwerte: Pro Portion: ca. 165 Kalorien, 5 g Fett

Quelle:

BRIGITTE Rezept
Rezept erfasst mit *RK* 25.02.2013
von Konrad Heizmann