Schweinsfilet-Medaillons mit Tomate, Speck und Zwiebel

Die kräftige, gut geschmorte Sauce mit Tomate, Speck und Zwiebel ist eine gute Begleiterin zum zarten und milden Schweinsfilet. Das ist ein wenig gediegen, ein wenig rustikal und könnte der ländlichen, süditalienischen Küche entstammen: "Filetto di Mailale alla Nonna". Das Schweinsfilet, zu Medaillons geschnitten, wird ganz kurz gebraten und zieht nur 1-2 Minuten in der bereits fertig geschmorten Sauce nach.

Zutaten (2 Portionen)

320g	Schweinsfilet
1Tl	Dijon-Senf
5	Piccadilly-Tomaten
1	Zwiebel, ca. 80g
60g	Frühstückspeck
1	Knoblauchzehe
1dl	milde Hühnerbouillon
1Tl	Oregano getrocknet
	Salz und Pfeffer
	Olivenöl
	Bratbutter

Zubereitung

Zwiebel halbieren und zu schmalen Streifen schneiden. Speck tranchieren und zu schmalen Streifen schneiden. Tomaten klein würfeln. Knoblauch hacken.

Zwiebel und Speck zusammen in Olivenöl dünsten bis beide glasig werden. Tomatenwürfel und Knoblauch zugeben, Oregano zwischen den Fingern zerreiben und zugeben. Ca. 10 Minuten dünsten. Bouillon dazugiessen und 30-40 Minuten leicht köcheln lassen. Falls die Sauce zu stark einkocht, etwas Wasser zugeben.

Schweinsfilet zu 2cm dicken Medaillons schneiden. Ringsum mit wenig Senf einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen. Bratbutter bis zum Rauchpunkt erhitzen, Medaillons auf beiden Seiten ca. 1 Minute scharf anbraten, danach höchstens 2 Minuten in der Sauce nachziehen lassen.