



Schweinsfilet an Aprikosensauce

Zu den zarten Schweinsfilets passt eine leicht liebliche und fruchtige Sauce ausgezeichnet. Mit dem feinen Geschmack gedörrter Aprikosen, die mit weissem Portwein mariniert werden, wird sie ganz besonders delikat. Das Schweinsfilet ist von eher dezentem Geschmack. Mit Senf und etwas Essig kräftig mariniert wird es bereits nach 3 Stunden Marinierzeit deutlich aromatischer. Wird es zudem in mit Speck aromatisierter Bratbutter angebraten, überzeugt es auch anspruchsvolle Gaumen.

Auch bei den eher kleinen Schweinsfilets ist das Garen bei niedriger Temperatur im Ofen eine gute Zubereitungsart, der optimale Garpunkt ist dabei kaum zu verfehlen. Während die Filets im Ofen durchziehen, bleibt auch genug Zeit um die Sauce und die Beilagen zuzubereiten. Mit Rosmarin parfümierter Reis und Erbsen passen bestens zu den Schweinsfilets.

Zutaten (2 Portionen)

2 Schweinsfiletstücke, à 180g
2cl weisser Balsamico
1Tl Dijon-Senf
60g Aprikosen gedörrt
4cl weisser Portwein
2 Tranchen Bratspeck
30g Zwiebel
10g Tafelbutter
6cl Weisswein
6cl Bouillon
5cl Vollrahm
Pfeffer
Salz und Pfeffer
Bratbutter

Zubereitung

Schweinsfilets ringsum salzen und pfeffern. Senf mit dem Balsamico verrühren und die Filets damit einpinseln. Mit Haushaltfolie abdecken und im Kühlschrank ca. 3 Stunden ziehen lassen. Ein halbe Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen.

Aprikosen zu kleinen Stücken schneiden, im Portwein einlegen und 3 Stunden ziehen lassen.

Speck zu Streifen schneiden und in Bratbutter 3-4 Minuten dünsten (nicht braten). Marinade leicht von den Filets abstreifen. Filets ringsum anbraten, auf einen Teller legen und in den auf 80° vorgeheizten Ofen schieben, Bis zu einer Kerntemperatur von 60° garen. Das dauert ca. 30 Minuten.

Bratensatz mit Weisswein auflösen und 2-3 Minuten köcheln lassen.

Zwiebel hacken und in Tafelbutter glasig dünsten. Aufgelöster Bratensatz durch ein Sieb dazugießen (Speck entfernen). 1/4 der Aprikosenstücke für die dekoration beiseite stellen, den Rest zugeben und die Bouillon dazugießen. 10 Minuten köcheln lassen. In ein hohes Gefäß giessen, mit dem Stabmixer fein pürieren und zurück in die Pfanne geben. Vollrahm zugiessen, mit Pfeffer und ev. wenig Portwein abschmecken. Die Sauce soll eher dicklich sein, nach Belieben mit wenig Bouillon (oder Wasser) verdünnen. Bis zum Anrichten warmhalten.

Die Sauce zu einem Spiegel anrichten, Filets tranchieren und darauf legen und die beiseite gestellten Aprikosenstücke darüber streuen.









