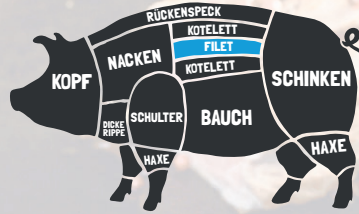


# SCHWEINEFILET

mit Kürbispüree  
& glasierter Pastinake

Filet vom Strohschwein



**Bayern tischt auf.**



# SCHWEINEFILET

## mit Kürbispüree & glasierter Pastinake

### ZUTATEN

#### für das Schweinefilet

- 700 g Schweinefilet
- 1 EL Rapsöl
- 1 EL Butter
- Salz, Pfeffer

### ZUTATEN

#### für das Kürbispüree

- 1 kleiner Hokkaidokürbis
- 2 EL Butter
- 100 g Gemüsebrühe
- QS Salz, Pfeffer

### ZUTATEN

#### für das Pastinakengemüse

- 250 g Pastinaken, *geschält und geschnitten*
- 60 g Gemüsebrühe
- 1 EL Rapsöl
- 1 EL Zucker
- 1 EL Butter
- QS frische Kräuter, *geschnitten*  
(Schnittlauch, Petersilie, Kerbel)
- QS Salz, Pfeffer, Muskat

### ZUBEREITUNG

Die Pastinaken schälen, den Strunk in der Mitte entfernen und anschließend klein schneiden. Im Rapsöl sautieren und etwas Farbe nehmen lassen, mit dem Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Mit der Brühe ablöschen und die Pastinaken bissfest garen.

In der Zwischenzeit die Silberhaut vom Filet parieren und von allen Seiten bei mittlerer Hitze im Rapsöl anbraten, dabei mehrmals wenden. Anschließend bei 105°C etwa 15 Minuten im Ofen ruhen lassen. Kerntemperatur des Filets sollte um die 85°C sein (wer es durch mag). Ich bevorzuge eine Kerntemperatur bei einer ein-

wandfreien Qualität von 72°C im Kern (zartrosa und saftig).

Währenddessen den Kürbis waschen, halbieren, die Kerne entfernen und in grobe Würfel schneiden. In einem kleinen Topf mit der Butter sautieren und mit etwas Gemüsebrühe ablöschen. Den Kürbis bei geschlossenem Deckel weich schmoren. Sobald er fertig ist, pürieren und abschmecken. Die Pastinaken mit Butter, Kräutern und Gewürzen abschmecken. Das Filet nach dem Ruhen im Ofen nochmals in der Pfanne in einem Esslöffel Butter nachbraten.



**Bayern tischt auf!**