

Schweinefilet nach Vitello-Tonnato-Art

Fleisch-Schwein

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 45 Minuten
Ruhezeit

} 1 Stunde
6 Stunden

ZUTATEN für ... Personen			4 Hauptgericht 8 Vorspeise
Fleisch	Schweinefilet	g	800
	Knoblauchzehen	St.	2-3
	Olivenöl	EL	2
	Thymianzweige	St.	einige
	Chilischote	St.	1
	Pfefferkörner	TL	1
Salz			
Sauce	ws. Thunfisch i. Olivenöl	g	220
	Anchovisfilets in Öl	St.	3
	Zitrone (Saft)	EL	2
	Chilischote	St.	1
	Olivenöl		1
	Kapern	ml	125
weißer Pfeffer. Salz			
Außerdem	Zitronen	St.	2
	Kapern	TL	1
	Petersilienblätter		

VORBEREITEN:

1. Filet parieren.
2. Backofen auf 100 Grad vorheizen.

ZUBEREITUNG:

1. Filet zusammen mit zerdrückten Knoblauchzehen, zerkrümelter Chilischote und Thymianzweigen in Öl kräftig anbraten. Fleisch mit geschrotetem Pfeffer und Salz bestreuen.
2. Fleisch häufig wenden und nach etwa 15-20 Minuten für 15 Minuten in den 100 Grad warmen Backofen stellen.
3. Fleisch mit den Gewürzen zunächst in Alufolie packen. Danach mit Tüchern umwickeln und sehr langsam abkühlen lassen.
4. Für die Sauce alle Zutaten in den Mixer geben und zu einer glatten Sauce pürieren (ein paar Kapern als Dekoration beiseite stellen). Pikant abschmecken.
5. Zum Servieren schließlich auspacken und mit einem scharfen Messer in dünne Scheiben schneiden. Auf Platte oder Tellern anrichten Fleisch mit der Sauce überziehen, mit Zitronenschnitzen, Kapern und Kräuterblättern dekorieren. Restliche Sauce getrennt servieren.

Backofen	Leiste	Grad	Stunden	Minuten
Unter- u. Oberhitze	2. v. u.	100		15

BEILAGEN / GETRÄNKE:

- * Baguette / trockener Weißwein
- ➔ Das Fleisch schmeckt am besten kalt, deshalb am besten morgens oder am Vortag vorbereiten.