



Schweinsfischli an Balsamico-Jus

Das Schweinsfischli wird auch falsches Filet oder runder Mocken genannt. Im Gegensatz zu seinem eher zähen Pendant vom Rind ist es sehr zart. Am Stück zubereitet sollte man es zuerst scharf anbraten und danach im Ofen bei tiefer Temperatur durchgaren. Es ist empfehlenswert, dabei die Kerntemperatur zu messen, ca. 55° bis 60° sind optimal. Dann ist das Fleisch rosa und sehr saftig. Bei höheren Temperaturen würde es zu sehr austrocknen.

Dazu passt ein leicht süss-säuerlicher Jus mit Glassa di Aceto Balsamico. Die Glassa wird aus eingekochtem Traubenmost hergestellt, dem Aceto Balsamico zugemischt wird. Für den Jus wird der Bratensatz mit Weisswein abgelöscht, zum Salzen wird etwas Bouillonextrakt eingerührt. Der Weisswein wird eingekocht und zum Schluss mit Glassa ergänzt und mit Balsamico abgeschmeckt.

Zutaten

1 Schweinsfischli, ca. 300g
1dl Weisswein
1/4Tl Bouillonextrakt
1El Glassa
weisser Balsamico
Salz und Pfeffer
Bratbutter

Zubereitung

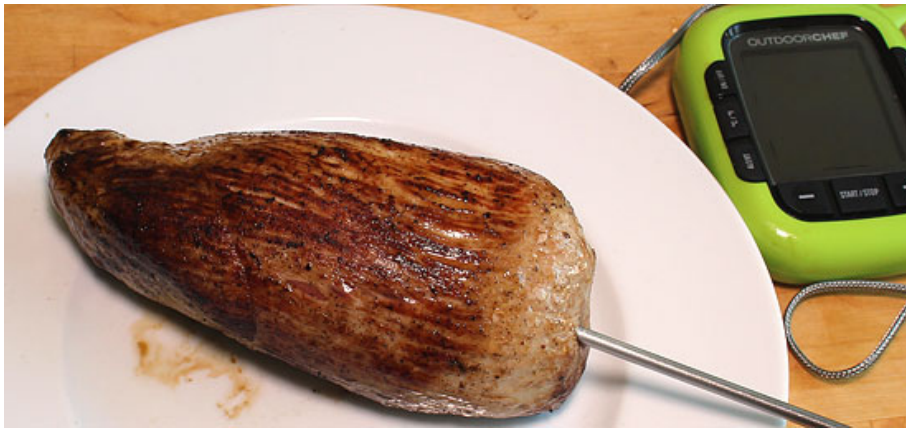
Schweinsfischli 1 Stunde vor dem Anbraten aus Kühlschrank nehmen und sogleich ringsum salzen und pfeffern.

Ofen auf 80° vorheizen.

Schweinsfischli ringsum kräftig in Bratbutter anbraten. Auf einen Teller legen, das Bratenthermometer einstecken und in den Ofen einschieben. Garen bis die Kerntemperatur 55° (rosa) bis 60° (durchgegart) erreicht. Das dauert etwa eine Stunde.

Bratensatz mit Weisswein ablöschen, Bouillonextrakt zugeben und etwa auf die Hälfte einkochen lassen. Glassa zugeben und mit wenig Balsamico abschmecken. Köcheln lassen bis die Sauce eine sirupartige Konsistenz annimmt. Sauce warmhalten bis das Schweinsfischli gar ist.





Balsamico Jus mit Glassa

