Falsches Schweinsfilet an Peperoni-Mandel-Sauce

Das falsche Filet ist ein kleiner Muskel aus der Schweinsschulter. Trotz seines Namens ist es nicht ganz so zart wie das echte Filet, schonend bei niedriger Temperatur (80°) gegart, wird es aber ebenfalls sehr zart und schön saftig. Vorab wird das milde Fleisch mit einer leicht süssen Honigmarinade gewürzt. Beim Anbraten caramelisiert der Honig und sorgt für zusätzliche Würze.

Die dickliche Sauce aus Peperoni und Mandeln harmoniert sehr schön mit dem falschen Filet, es lohnt sich etwas mehr davon zuzubereiten, sie lässt sich gut ein paar Tage im Kühlschrank aufbewahren und schmeckt auch als Dip zu Gemüse sehr gut.

Zutaten (1 Portion)

```
1       falsches Schweinsfilet, ca. 250g
        Salz
        Bratbutter

Marinade:
2El     Zitronensaft
1Tl     Dijon-Senf
1Tl     Honig
2       Zweige frischer Rosmarin
        Pfeffer

Sauce (ca. 3-4 Portionen):
200g    eingelegte Peperoni (in Lake)
30g     Mandelblättchen
1       Knoblauchzehe
20g     Zwiebel
1Tl     Tomatenpüree
2-4     Spritzer Tabasco
```

1Tl	Zitronensaft
3El	Olivenöl
	Salz

Zubereitung

Zitronensaft, Senf und Honig vermischen und mit Pfeffer würzen. Falsches Filet damit einpinseln. Rosmarinzweige mit einem Messerrücken leicht quetschen. Filet zusammen mit den Rosmarinzweigen in Haushaltfolie einwickeln und mindestens 12 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Filet 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Marinade leicht abstreifen und das Fleisch salzen.

Peperoni kurz unter kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Mandelblättchen in einer trockenen Pfanne leicht anrösten, dabei häufig wenden. Etwas auskühlen lassen.

Peperoni klein würfeln. Mandelblättchen im Mörser zerstossen. Zwiebel und Knoblauch fein hacken.

Zwiebel, Knoblauch und Tomatenpüree in Olivenöl andünsten. Peperoni zugeben und ca. 5 Minuten mitdünsten. Mandeln zugeben und vermischen. In ein hohes Gefäss geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. In die Pfanne zurückgeben, etwas Wasser zugiessen bis die Sauce die richtig Konsistenz hat, sie sollte leicht fliessen. Mit Tabasco und Salz abschmecken. Auf der ausgeschalteten Kochplatte ca. 1 Stunde ziehen lassen. Vor dem Servieren nochmals aufwärmen.

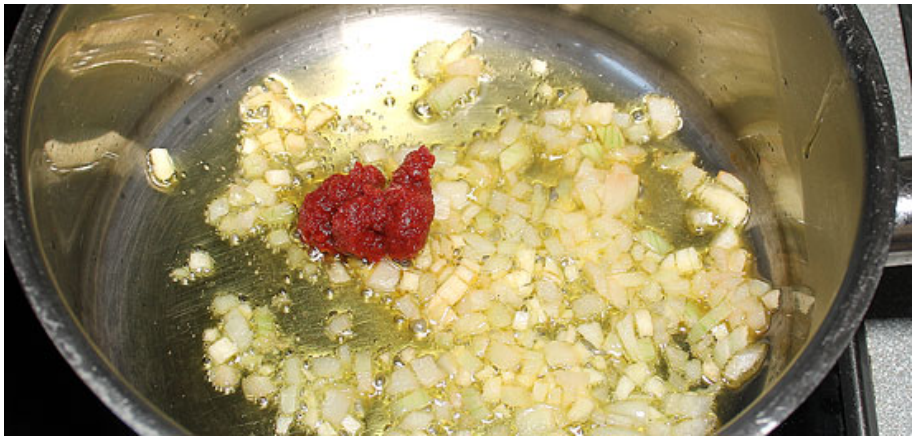
Falsches Filet in Bratbutter ringsum anbraten. Auf einen Teller legen mit der restlichen Marinade einpinseln, Rosmarinzweige dazu legen und das Bratenthermometer an der dicksten Stelle einstecken.

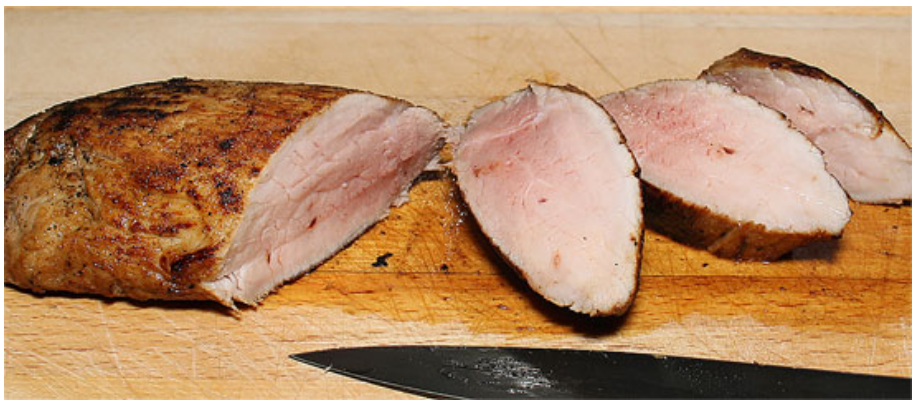
Im auf 80° vogeheizten Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 62° garen, das dauert ca. 50 Minuten.

Flasches Filet tranchieren und auf der aufgewärmten Sauce anrichten. Bratensaft über das Fleisch träufeln.

PFÄFFIKER
BIENENHONIG
SENF

McILHENNY CO.
TABASCO
BRAND
PEPPER SAUCE
ZITRONEN
SAFT
100%
OLIO DI OLIVA
Extra Vergine



0,3

OUTDOOR