



Panierte Schweinsmedaillons mit Gurkendip

Die Medaillons könnten auch aus dem echten Filet geschnitten werden. Das aus der Schulter geschnittene falsche Filet ist dicker und nicht ganz so zart wie das echte Filet. Zu Medaillons geschnitten, paniert und langsam gebraten wird es aber fast genauso zart und bleibt dank der Panade auch recht saftig. Sie sind dafür grösser als die Medaillons vom Filet. Zusammen mit einem gut gewürzten Gurkendip mit Knoblauch und Kräutern und einem Salat sind diese knusprigen Schweinsmedaillons eine willkommene, leichte Mahlzeit an heissen Sommertagen.

Zutaten (2 Portionen)

300g	falsches Filet vom Schwein
	Mehl
1	Ei
	Paniermehl
300g	Gartengurke
1	knappe handvoll Petersilie
3-4	Zweige Fenchelkraut (oder Dill)
1-2	Knoblauchzehen
1El	Oliveöl
1El	weisser Balsamico
40g	Sauerrahm
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Gurke nur streifenweise schälen, längs halbieren und die Kerne heraus schaben. Durch die Röstiraffel reiben, in eine Schüssel geben und mit 1/2Tl Salz vermischen. Ein halbe Stunde ziehen lassen. Danach leicht ausdrücken und mit Oliveöl und Balsamico vermischen.

Knoblauch, Petersilie und Fenchelkraut hacken. Zusammen mit dem Sauerrahm zu der Gurke geben und vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Im Kühlschrank ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Falsches Filet zu 1cm dicken Medaillons schneiden. Beidseitig salzen, pfeffern und mit Mehl bestäuben.

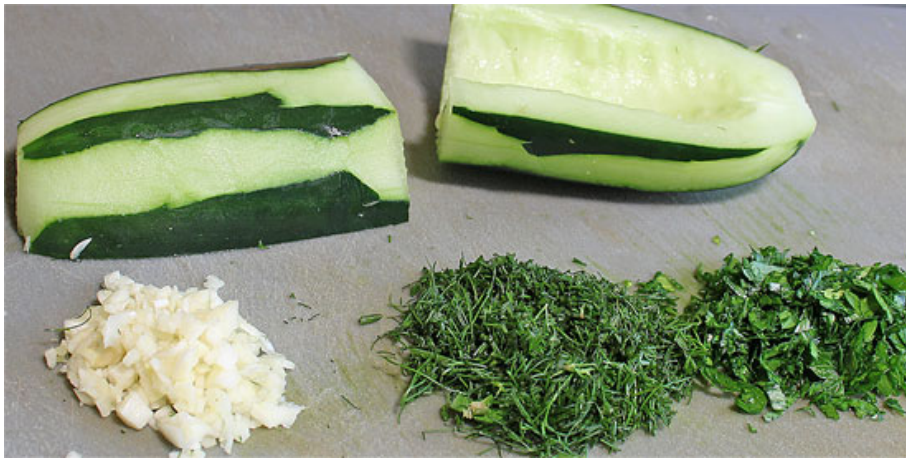
Das Ei in einem flachen Teller verquirlen, einen zweiten Teller mit reichlich Paniermehl bestreuen. Medaillons zuerst im Ei, dann im Paniermehl wenden.

Reichlich Bratbutter mässig erhitzen, Medaillons auf jeder Seite ca. 5 Minuten brutzeln lassen.

Bei grösseren Mengen können die Medaillons etappenweise angebraten und ohne Qualitätsverlust bei 60° im Ofen warmgehalten werden.

Medaillons mit Salat anrichten und den Gurkendip dazugeben.





Gurkenspäne gesalzen





