

Frisch gekocht
Freitag, 17. Februar 2017



Rezept von Alexander Fankhauser

Gebratenes Schweinsfilet mit Kartoffel-Sauerkraut-Strudel im Kümmelsaft



1 Stunde/aufwendig

Zutaten für 4 Personen

650 g Schweinsfilet (zugeputzt), Salz, Pfeffer, 6 geschälte Knoblauchzehen, Kümmel (ganz), Öl und Butter zum Braten, 1 EL Tomatenmark, 350 ml Rindsuppe, 200 g Sauerkraut, 1 gehackte Zwiebel, 2 EL Zucker, 2 Lorbeerblätter, 1 TL Pfefferkörner, 1 TL Wacholderbeeren, 1 kg Kartoffeln (geschält und gekocht), 1 Ei, 3 Eidotter, 2 EL Stärke, 4 EL glattes Mehl.

Zubereitung

Für das Sauerkraut etwas Butter aufschäumen und den Zucker darin karamellisieren. Die gehackte Zwiebel zugeben, kurz mitrösten, dann auch das Sauerkraut zugeben. Mit etwas Suppe und Wasser auffüllen, mit Salz, Pfeffer, Lorbeerblättern, Pfefferkörnern und Wacholderbeeren würzen. Das Kraut in ca. 20 Minuten sämig einkochen (eventuell zusätzlich mit etwas mit Wasser angerührter Stärke binden), dann abkühlen lassen.

Die gekochten Kartoffeln reiben, mit dem Ei, den Eidottern, der Stärke sowie dem Mehl und Salz und Pfeffer zu einem Teig verkneten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche (oder zwischen Backpapier) ca. 5 mm dick ausrollen. Das abgekühlte Sauerkraut darauf verteilen, vorsichtig einrollen und im Rohr bei 200 °C ca. 20 Minuten backen.

Das Schweinsfilet mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas gehacktem Knoblauch und Kümmel bestreuen. In einem Öl-Butter-Gemisch rundum anbraten. Auf einem Gitter im Rohr bei 200 °C in ca. 20 Minuten zu einem rosa Fleischkern braten.

Den Bratenrückstand in der Fleischpfanne mit Tomatenmark verrühren, kurz mitrösten, Kümmel zugeben und mit Rindsuppe aufgießen. Die Sauce einkochen lassen und durch ein feines Sieb passieren.

Das aufgeschnittene Fleisch mit der Sauce und einem Strudel anrichten.