

**Frisch gekocht**  
**Mittwoch, 4. Jänner 2017**



**Rezept von Andreas Wojta**

**Glasierter Schweinslungenbraten auf  
Marillen-Rosmarin-Risotto**

**1 Stunde/ leicht**



---

**Zutaten für 4 Personen**

2 Schweinsfilets á 380 g (Mittelstück ohne Filetkopf), Salz, Pfeffer, 1 EL Öl, 1 kleiner Bund Thymian, 3 EL Balsamico-Essig, 3 EL Honig.

Für das Risotto: 1 Hand voll getrocknete Marillen (gehackt), 2 Zweige Rosmarin, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 200 g Risottoreis, 100 ml trockener Weißwein, ca. 1/2 l Geflügelfond (oder Rindsuppe), 50 g geriebener Parmesan, 40 g kalte Butter, Olivenöl, Salz, Pfeffer.

**Zubereitung**

Das Backrohr auf 85 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Schweinsfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin rundum ca. 8 bis 10 Minuten braten. Thymian waschen, trocknen und grob hacken. Mit dem Essig und dem Honig vermengen und die Schweinsfilets damit glasieren. Die Filets auf ein Backblech setzen und im Rohr 50 Minuten garen.

Zwiebel und Knoblauch schälen, klein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Zwiebel darin ohne Farbe nehmen zu lassen anschwitzen. Marillen und Rosmarin zufügen, kurz durchschwenken und den Risottoreis begeben. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Nun immer wieder mit etwas Geflügelfond untergießen bis der Risottoreis weich gedünstet ist (dauert etwa 15 Minuten).

Vor dem Servieren mit frisch geriebenem Parmesan sowie kalter Butter vollenden, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schweinsfilet aus dem Rohr nehmen, in Stücke schneiden und mit dem Risotto servieren.