

## „Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2



Fotocredit: Simeon Baker

### „Schweinsfilet mit Rettich und Gewürzsauce“

#### Zutaten

(4 Personen)

- 600 g Schweinsfilet

Für die Marinade

- 1 EL Paprikapulver, edelsüß
- 1 TL Ingwer, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, grob gehackt
- 1 EL Senf
- 4 EL Erdnussöl
- 2 TL Zucker
- Salz
- Ein paar Tropfen Tabascosauce
- 1 Rosmarinzweig
- 3 Wacholderbeeren

Für die Sauce

- ¼ L Weißwein
- 1/16 L Balsamicoessig
- 1 TL Chilipulver
- 2 EL Zucker
- ½ TL Curry
- ½ TL Kurkuma
- ¼ L Wasser
- Cayennepfeffer
- 3 EL Naturjoghurt
- Maisstärkemehl
- Butter
- Salz
- Pfeffer

Für den Rettich

- 500 g Bierrettich
- 1 Schuss weißer Balsamicoessig
- 1 EL Honig
- 1 mehliges Erdapfel
- Salz
- Pfeffer

### Zubereitung

Für die Marinade Knoblauch schälen und grob hacken. Rosmarinnadeln von den Stängeln zupfen und fein hacken (man benötigt davon ca. 1 TL voll). Wacholderbeeren in einem Mörser zerreiben oder fein hacken. Alle genannten Zutaten in einer Schüssel zu einer schmackhaften Marinade verrühren.

Schweinsfilets in etwa 2 cm dicke Medaillons schneiden. Medaillons mit der Marinade gut vermischen und darin mindestens 1 Stunde ziehen lassen.

Für die Sauce Wein mit Essig, Chili, Curry, Kurkuma, Zucker und ¼ L Wasser in einen Topf geben und so lange kochen, bis die Flüssigkeit auf die Hälfte der ursprünglichen Menge reduziert ist. Eine kräftige Prise Cayennepfeffer und Naturjoghurt einrühren, dann die Sauce aufkochen. Eventuell etwas Maisstärkemehl mit ein wenig Wasser verrühren. So viel davon in die Sauce einkochen, dass sich eine leichte Bindung ergibt.

Eventuell mit etwas Butter verfeinern. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Die Sauce soll einen säuerlich-würzigen Geschmack haben.

Rettich und Erdapfel schälen und grob reiben.

Den Rettich mit Salz, 1 EL Honig und einem guten Schuss Essig in einen Topf geben und kurz köcheln, bis der Rettich weich ist.

Quelle: ORF extra

Etwas von den geriebenen Erdäpfeln mit Salz und Pfeffer beimengen und ziehen lassen.

Eine beschichtete Pfanne erhitzen. Schweinemedallions mit der Marinade und Thymianzweig für das Aroma in die Pfanne geben. Kurz erhitzen, wenden und die Pfanne zudecken. Fleisch bei geringer Hitze gar ziehen lassen. Erst nach dem Schmoren salzen.

Medallions mit Rettich nach Belieben auf Teller schichten. Auf die Medallions ein wenig Marinade mit Knoblauch geben. Sauce mit einem Stabmixer schaumig aufschlagen und zu den Medallions geben. Mit etwas Schnittlauch und Forcherspeck (Paprikalardo) garnieren.