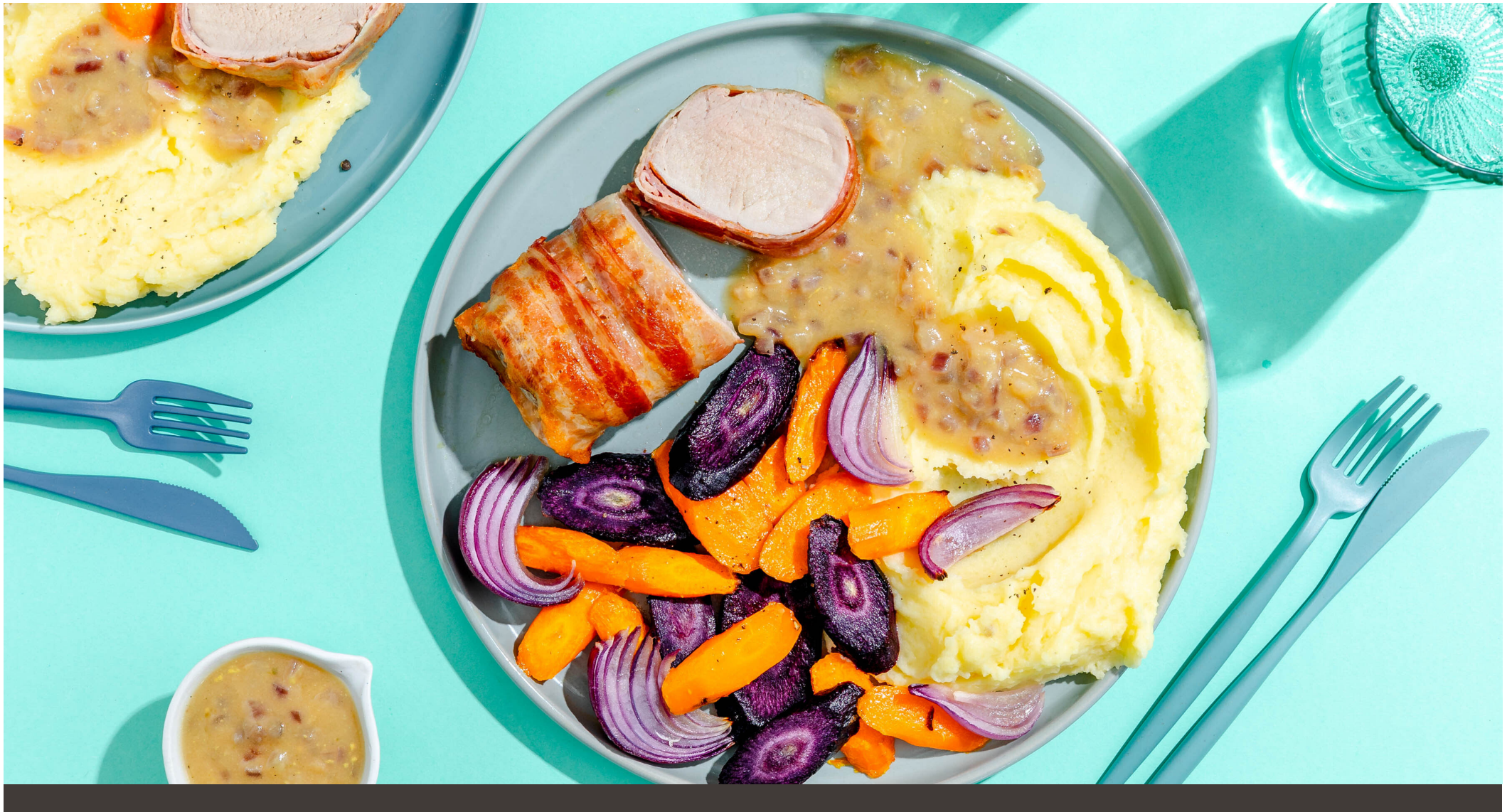




Schweinefilet im Speckmantel

mit bunten Karotten und Kartoffelpüree



40-50min



3-4 Personen

Heute verwöhnen wir uns mal selbst, und zwar mit einem superzarten Schweinefilet, eingewickelt in knusprig-salzigen Speck und serviert mit Karotten aus dem Ofen, cremigem Kartoffelpüree und einer herrlich aromatischen, würzigen Sauce. Denn für sterneverdächtige Küche muss man nicht immer in ein teures Restaurant gehen! Es braucht nur ein bisschen Muße und Spaß am Kochen, und schon klappt so ein luxuriöses Gericht auch zuhause.

Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 Pck. Schweinefilet
- 2 Pck. Baconscheiben
- 3 Karotten
- 2 lila Karotten
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter ²
- 2TL Senf ³
- 1EL Honig
- 1½EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Bleche und Backpapier
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher & Sieb
- Kartoffelstampfer
- Küchenpinsel

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (2), Senf (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 817kcal, Fett 41.3g, Kohlenhydrate 63.0g, Eiweiß 44.3g



1. Kartoffeln kochen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und in ca. 2cm große Würfel schneiden, dann im kochenden Wasser in ca. 15Min. garen. In ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



4. Sauce köcheln

Die **Zwiebelwürfel** in der Pfanne aus Schritt 2 mit 2EL Butter bei mittlerer bis starker Hitze in 2-3Min glasig anbraten, dann 1½EL Mehl darüberstreuen und weitere 30Sek. braten. 350ml Wasser angießen, das **Brühgewürz** und 2TL Senf einrühren. Die **Sauce** zum Köcheln bringen und in 3-5Min. sämig einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Fleisch garen

Das **Fleisch** rundum mit Salz und Pfeffer würzen und in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze von jeder Seite in ca. 1Min. goldbraun anbraten, dann aus der Pfanne nehmen. Die Pfanne samt Fett wird weiterverwendet. Das **Fleisch** mit dem **Bacon** einwickeln und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech im Ofen 20-25Min. braten. Nach der Hälfte der Zeit wenden.



5. Fertigstellen & servieren

Die **Kartoffeln** mit 2EL Butter zu einem cremigen **Püree** stampfen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Fleisch** aus dem Ofen nehmen und den **Bacon** mit 2EL Honig bestreichen, dann das **Fleisch** jeweils halbieren oder in breite Scheiben schneiden. Das **Fleisch** mit dem **Kartoffelpüree** und dem **Röstgemüse** anrichten und mit der **Sauce** beträufelt servieren.



3. Gemüse rösten

Währenddessen die **Karotten** ggf. schälen und schräg in ca. 1cm breite Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, **1 Zwiebel** fein würfeln, die **andere Zwiebel** in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Die **Zwiebelspalten** und **Karotten** auf einem zweiten Blech mit Backpapier mit 2EL Pflanzenöl und je ½TL Salz und Pfeffer vermengen, dann im Ofen in ca. 14Min. goldbraun rösten.



6. Püree-Plus

Wer Sorge hat, dass ein simples Kartoffelpüree geschmacklich nicht mit Bacon, Honig und Röstgemüse mithalten kann, der kann das Püree ganz nach eigenen Vorlieben mit Muskat oder frischen Kräutern ergänzen. Für den besonderen aromatischen Kick empfehlen wir, eine frisch geriebene Knoblauchzehe unter das Püree zu rühren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**