

# Schweinefilet mit Spargel-Kartoffel-Rösti

Das zarte Schweinefilet wird an Balsamicoschalotten zubereitet und ist mit Mangold-Aprikosen-Gemüse als weitere Beilage ein außergewöhnlicher Genuss

Die Spargelsaison steht vor der Tür. Und damit bieten sich Fleischer-Fachgeschäften wieder zahlreiche Möglichkeiten, ihren Kunden leckere Fleischgerichte mit Spargel als Beilage schmackhaft zu machen. Unser Vorschlag: Schweinefilet mit einer Spargel-Rösti-Kombination.

**S**pargel schmeckt nicht nur gut, er ist auch gesund: Das feine Stängengemüse ist reich an den wertvollen Vitaminen A, C, B<sub>1</sub> und E, enthält wichtige Spurenelemente (Kalzium, Kalium, Phosphor) und regt die Nierentätigkeit und den Stoffwechsel an. Der mit dem Verzehr von Spargel verbundene Entschlackungseffekt ist also ein Grund mehr, das Gemüse des Öfteren auf den Tisch zu bringen. Egal, ob als leckere Beilage oder als Hauptgericht.

## ZUTATEN

**Zutaten** (für acht Personen)

- ▶ 1,2 kg Schweinefilet
- ▶ Butter
- ▶ 360 g Schalotten
- ▶ 80 ml Aceto Balsamico
- ▶ 36 g Knorr Bratenjus (Gourmet, 0,45 KG)
- ▶ 400 ml Wasser
- ▶ 488 g Bienenhonig
- ▶ 640 g Mangold
- ▶ 160 ml Lukull Sauce hollandaise (Premium, 1 KG)
- ▶ 8 frische Aprikosen
- ▶ Muskatnuss, Salz, weißer Pfeffer
- ▶ 200 g Pfanni Kartoffelpuffer (1 KG)
- ▶ 600 ml Wasser
- ▶ 560 g weißer Spargel

## ZUBEREITUNG

Spargel schälen und in Stücke schneiden. Die Pfanni Kartoffelpuffer gemäß Anleitung zuberei-

ten, mit dem geschnittenen Spargel mischen und in Butter braten. Die Schalotten in Honig karamellisieren, mit dem Balsamicoessig ablöschen und den nach Anleitung hergestellten Knorr Bratenjus hinzugeben. Mangold in Streifen und Aprikosen in Spalten schneiden. Das Gemüse und die Früchte dann in Butter anschwanken, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und mit Lukull Sauce hollandaise abrunden. Die Schweinefilets würzen, braten und in Scheiben schneiden. Das Fleisch auf den Spargel-Kartoffel-Rösti und der Mangold-Aprikosen-Beilage anrichten. Die Balsamicoschalotten anlegen.



Zu zartem Schweinefilet schmeckt Spargel in allen Variationen. Foto: Unilever

## 'FLEISCHEREI'-HINTERGRUND

### Leckere Saucen zu Spargel

Viele Saucen passen gut zu Spargelgerichten mit Schinken oder Fleisch. Zwei leckere Varianten stellen wir Ihnen vor:

#### Béchamelsauce

**Zutaten** (für 4 Personen):

- ▶ 30 bis 40 g Butter
- ▶ 30 g Mehl
- ▶ 30 bis 40 g Schinken
- ▶ 1 nussgroße Zwiebel
- ▶ ½ Tasse Milch oder Sahne
- ▶ 2 EL geriebener Parmesan-käse
- ▶ Salz, Pfeffer, Fleischbrühe, etwas Wasser oder Suppenwürze

#### Zubereitung:

Die Zwiebel wird in Scheiben geschnitten, der Schinken in Würfel. Dann wird beides in der zerlassenen Butter gedämpft; Mehl darübergeben und ziehen lassen. Anschließend mit Brühe und Milch löschen, Käse und Gewürze hinzugeben und langsam durchkochen lassen. Die Sauce durch ein Sieb ziehen.

#### Frische Kerbelsauce

**Zutaten:**

- ▶ 8 Stangen Spargel
- ▶ 5 EL Crème fraîche

- ▶ 80 g eiskalte Butter
- ▶ 1 Bund Kerbel

#### Zubereitung:

Den bissfest gegarten Spargel pürieren; 6 cl Spargelsud mit der Crème fraîche in einem Topf etwas einkochen lassen, das Spargelpüree dazugeben. Die eiskalte Butter in kleinen Stücken mit dem Schneebesen kräftig unterrühren. Die Kerbelblättchen abzupfen und in die Sauce geben, nicht mehr kochen lassen. Dazu passt zum Beispiel Rinderfilet.

Quelle: [www.spargelzeit.de](http://www.spargelzeit.de)