

Schweinefilet mit Rotweinsauce und Trauben



Zutaten für zwei Personen:

250-300 g Schweinefilet
grob geschrotener Pfeffer
1/2 TL Zucker
1/3 TL Salz
1/2 EL Olivenöl

Rotweinsauce:

1 mittelgroße Schalotte
1 kleine Ecke Butter
100 ml Portwein
200 ml Rotwein
4-6 Thymianzweiglein
kalte Butter in Flöckchen
16-20 rote Trauben
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Schweinefilet sauber parieren. Grob geschrotene Pfeffer in einer beschichteten Pfanne ohne Öl rösten. Mit Zucker und Salz vermischen und das Filet damit einreiben. 1/2 EL Olivenöl in die Pfanne geben und das Filet auf allen Seiten sanft anbraten.

2. Backofen auf 130° vorheizen. Einen Rost in die mittlere Stellung einhängen, darunter ein mit Alufolie ausgekleidetes Backblech als Fettpfanne. Das Filet im Ganzen für 30-35 Minuten auf den mittleren Rost legen. Das Schweinefilet sollte innen noch leicht rosa sein.

3. Das Filet in Alufolie wickeln und ca. 5 Minuten ruhen lassen. Dann aufschneiden und auf dem Saucenspiegel anrichten.

Rotweinsauce mit Trauben:

1. Schalotte fein würfeln und in einer größeren Pfanne in Butter anschwitzen. Thymian zugeben, mit dem Portwein ablöschen, fast ganz einreduzieren. Rotwein zugießen und stark einreduzieren. Sauce abpassieren und mit kalter Butter binden.

2. Trauben waschen, halbieren und entkernen,

falls nötig. In der Sauce erwärmen.

Hinweise:

Rezeptanregung Kolja Kleeberg, Oktober 2014.

Als Beilage werden Kartoffelplätzchen empfohlen. Zwischen die frisch ausgebratene Plätzchen etwas Gorgonzola verteilen. Siehe eigene Rezepte für Kartoffelplätzchen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min, Gesamtzeit ca. 60 min, Hauptspeisen, Fleisch, Schwein, mediterran

Rezept und Foto: Walter
Stand 21.01.2023