

# Gefülltes Schweinefilet

auf Winter-Rahmgemüse mit  
Walnuss-Spätzle



HAUPTSPEISE



## TIPP

Damit der Rosenkohl weniger bitter schmeckt, Strunk vor dem Kochen kreuzweise einschneiden.

### ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

5 Eier  
300 g Mehl  
100 g Walnüsse  
100 ml Mineralwasser (medium)  
4 EL Butter  
½ TL Salz  
1 Prise Zucker  
-  
1 Schweinefilet  
80 g getrocknete Cranberries  
4 EL Orangensaft  
Öl zum Braten  
2 Zwiebeln  
300 g Rosenkohl  
300 g Champignons  
400 ml Brühe  
200 ml Weißwein  
250 ml Sahne  
Salz  
Pfeffer

### ZUBEREITUNG:

1. Für die Spätzle zunächst die Walnüsse fein mahlen – danach mit Mehl, Eiern, Salz, Zucker und Mineralwasser zu einem zähflüssigen, glatten Teig verrühren.
2. Den Spätzleteig für 20 Minuten ruhen lassen und währenddessen die Cranberries in Orangensaft einweichen.
3. Danach sowohl Pilze als auch Zwiebeln in Scheiben beziehungsweise Ringe schneiden und goldbraun braten – Rosenkohl dazugeben und mit Weißwein ablöschen
4. Im Anschluss mit Salz und Pfeffer würzen und mit Brühe aufgießen. Dann noch 10 Minuten köcheln lassen und mit Sahne verfeinern, sobald die Flüssigkeit reduziert ist.
5. Außerdem das Schweinefilet der Länge nach etwa 2-3 Zentimeter (je nach Dicke) einschneiden und mit den Cranberries befüllen – danach gründlich mit Küchengarn verschließen.
6. Das Fleisch von außen mit Salz und Pfeffer einreiben und ringsherum scharf anbraten, bis es gleichmäßig gebräunt ist – danach im vorgewärmten Ofen bei 110°C für 10-15 Minuten ruhen lassen.
7. In der Zwischenzeit einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und den Spätzleteig entweder über ein Holzbrett hinein schaben oder mit der Spätzlepresse hineindrücken. Sobald sie an der Oberfläche schwimmen, können sie abgeschöpft werden.
8. Zum Schluss noch etwas Butter in einer Pfanne bräunen und die Spätzle darin schwenken - dann noch das Schweinefilet portionieren und alles gemeinsam mit dem Gemüse anrichten.