

Gefülltes Filet



Zubereitung:

Die Backpflaumen mit Wein, Zucker, Zimt, Rum und Nelken in einen Topf geben und kurz aufkochen. Dann erkalten lassen.

In das Schweinefilet vorsichtig eine Tasche schneiden. Die

Pflaumen aus dem Sud nehmen, abtropfen lassen und den Sud beiseite stellen. Pflaumen in das Filet füllen. Das Filet mit dem Speck umwickeln und diesen mit Garn fixieren. Öl oder Butterschmalz erhitzen und das Filet von allen Seiten kross anbraten. Mit dem durchgeseihten Weinsud und der Brühe ablöschen. Etwa 25 Minuten bei mittlerer Hitze schmoren.

Das Fleisch aus dem Sud nehmen und warm halten. Die Soße noch ein bisschen einköcheln lassen und mit Crème fraîche abschmecken. Vor dem Servieren das Küchengarn vom Filet entfernen und das Fleisch in Scheiben schneiden. Dazu passen Bandnudeln und gedünstete Wirsingachtel.

Tipp:

Küchengarn ist ungefärbtes, hitzebeständiges Garn. Es ist in gut sortierten Super- märkten oder in Haushaltsfachgeschäften erhältlich.

Zutaten:

(für 4 Personen)

100 g entsteinte Backpflaumen
250 ml Weißwein
2 cl Rum
1 Esslöffel Zucker
1 Stange Zimt
2 Gewürznelken
1 Schweinefilet von etwa 600g
8 bis 10 Scheiben Frühstücksspeck
125 ml Fleischbrühe
1 Esslöffel Rapsöl oder Butterschmalz
2 Esslöffel Crème fraîche
Küchengarn

Buchtip:



Schmackhafte Landfrauenrezepte rund um Schweine-, Rind- und Hackfleisch finden Sie im

Kochbuch "Fleisch" vom Landwirtschaftsverlag Münster, ISBN 3-7843-5111-5, 17,95 €.

Bestellen Sie hier