

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. März 2020** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Carina Mayer-Pendl

Schweinelendchen im Speckmantel mit Spätzle und glasierten Möhren

Zutaten für zwei Personen

Für die Spätzle:

200 g Mehl
 50 g Weichweizengrieß
 2 Eier
 1 EL Speisesalz
 2 EL Butter

Mehl, 125 ml Wasser, Grieß, Eier und Salz miteinander vermengen, gut durchschlagen und Teig kurz ruhen lassen. Salzwasser zum Kochen bringen und Teig mit der Spätzlespresse oder mit dem Brett hinein schaben, kurz aufkochen lassen, abschöpfen und abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen und Spätzle vor dem Servieren kurz darin schwenken.

Für die Lendchen:

325 g Schweinefilet
 100 g Bacon
 50 g Schinkenspeck
 200 ml Sahne
 50 ml Crème fraîche
 100 ml Fleischfond
 100 ml trockenen Weißwein
 3 EL eingelegten grünen Pfeffer
 1 EL Mehl
 20 g kalte Butter
 Rapsöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Schweinefilet waschen und trockentupfen. Baconscheiben überlappt auslegen, das Filet darauflegen, einrollen und mit Küchengarn oder mit Rouladennadeln fixieren. Filet ca. 6 Minuten von allen Seiten in einer Pfanne in Rapsöl kross anbraten, anschließend im Backofen bis zur Kerntemperatur von 58°C ziehen lassen. Bratensatz aufheben.

Schinkenspeck würfeln und im Bratsud der Schweinefilet-Pfanne anbraten. Mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Sahne und Fond dazu geben und weiter einkochen. Salzen und pfeffern und eingelegten grüner Pfeffer unterrühren. Am Ende kalte Butter untermixen und ggfs. mit Mehl abbinden.

Für die Möhren:

250 g junge Möhren mit Grün
 1 Vanilleschote
 20 g Butter
 1 TL Honig
 1 Prise Salz
 125 ml Gemüesfond
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Möhren so putzen und schälen, dass noch ein kleines Stück vom Grün stehen bleibt. Vanilleschote der Länge nach halbieren und Mark herauskratzen. Butter mit Honig, Salz und Vanille in einem Topf erhitzen. Möhren darin unter Wenden anschwitzen. Fond dazugeben und bei geringer Hitze im offenen Topf kochen, bis die Flüssigkeit verdampft ist und die Möhren glänzen.



**PROFI
TIPP**

Für perfekt glasierte Möhren braucht es nicht nur Fett, sondern auch Wasser oder Fond. Wenn nämlich eine gleichmäßige Emulsion entsteht, bekommt man am Ende eine Möhre, die nicht nur durch das Fett glänzt.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.