

▪ **Die Küchen Schlacht – Menü am 21. Januar 2019** ▪
Leibgericht mit Johann Lafer



Julian Dürr

**Gebratenes Schweinefilet mit Rotweinsauce, Karotten-
Gemüse und Süßkartoffelstampf**

Zutaten für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

1 Schweinefilet à 400 g
4 Zweige Rosmarin
neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Schweinefilet mit Rosmarin einreiben und von allen Seiten scharf in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Das Fleisch mit dem Rosmarin in etwas Alufolie wickeln und in den vorgeheizten Ofen geben und etwa 20 Minuten durchziehen lassen.

Für das Karottengemüse:

200 g Karotten
5 Zweige glatte Petersilie
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Karotten schälen, von den Enden befreien und in Scheiben schneiden. Die Scheiben in kochendem Salzwasser bissfest garen. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Das Wasser abgießen und die Karotten mit etwas Butter und gehackter Petersilie vermengen. hinzugeben.

Für den Süßkartoffelstampf:

1 große Süßkartoffel
20 ml Sahne
2 Zweige Rosmarin
1 Butter, zum Anbraten
1 TL Currypulver
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Süßkartoffel schälen, klein würfeln und in kochendem Wasser weich kochen lassen. Wasser abgießen und die weichen Kartoffelstücke stampfen. Mit Rosmarin, etwas Currypulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

Etwas Butter und Sahne zum Verfeinern beigegeben.

Für die Sauce:

3 Orangen, davon der Saft und Zesten
150 ml Portwein
2 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Bratsaft vom Schweinefilet mit Portwein ablöschen, Orangensaft und ein paar Orangenzenen hinzugeben. Das Ganze reduzieren lassen, mit Stärke abbinden und mit etwas Butter aufmontieren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.