

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 05. Dezember 2023** ▪  
**Tagesmotto „Rezepte-Wichteln“ mit Alexander Kumptner**



Sascha Parlow kocht das Gericht von Stefan Binder

**Schweinemedallions mit Pfeffersauce, glasierten  
Karotten, Kürbispüree und frittierten Zwiebeln**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Schweinemedallions:**

500 g Schweinefilet  
 1 Zweig Thymian  
 1 Zweig Rosmarin  
 Neutrales Pflanzenöl, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schweinefilet in Medallions schneiden und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit Öl, Rosmarin und Thymian von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und im Backofen, mit Hilfe eines Fleischthermometers so lange garen, bis die Kerntemperatur von 62 Grad erreicht worden ist.

**Für die Pfeffersauce:**

1 Schalotte  
 150 ml Sahne  
 20 g kalte Butter  
 200 ml dunkler Kalbsfond  
 100 ml Weißwein  
 ½ TL grüner Pfeffer  
 1 Lorbeerblatt  
 2 Zweige Estragon  
 Stärke, zum Binden

Schalotte abziehen und in feine, kleine Würfel schneiden. Schalotten-Würfel und Pfefferkörner in Butter in der gleichen Pfanne, in der das Fleisch angebraten worden ist, anschwitzen. Mit etwas Weißwein ablöschen und Kalbsfond dazugeben. Reduzieren und mit Sahne auffüllen. Bei Bedarf mit Stärke abbinden. Mit Butter aufmontieren.

**Für die glasierten Karotten:**

7 Karotten, mit Grün  
 50 g Butter  
 50 ml Gemüsefond  
 1 EL Zucker  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotten schälen und Grün auf 2 cm kürzen. Gemüsefond in einer Pfanne erhitzen und Karotten darin bissfest garen. Kurz bevor der Gemüsefond verkocht ist, Karotten aus der Pfanne nehmen, Zucker in der Pfanne karamellisieren lassen, Butter einrühren und Karotten zurück in die Pfanne geben. Bis zum Servieren warmhalten und mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für das Kürbispüree:**

250 g Hokkaido-Kürbis  
 2 mehligkochende Kartoffeln  
 300 ml Gemüsefond  
 150 ml Sahne  
 50 g Butter  
 2 Prisen Ras el-Hanout  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kürbis putzen, halbieren, Schale entfernen, Kerne entfernen und würfeln. Kartoffeln schälen und würfeln. Kartoffeln ein paar Minuten im Gemüsefond weichkochen dann Kürbis dazugeben und weiterkochen bis beides weich ist. Gemüsefond abgießen sobald der Kürbis gar ist. Durch eine Presse drücken und mit Sahne und Butter verfeinern. Mit Salz, Pfeffer, Ras el-Hanout und Muskat abschmecken.

- Für die frittierten Zwiebeln:** Zwiebel abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. In Mehl wenden und in einem Topf mit Öl goldbraun ausbacken. Als Deko über das Püree geben.
- 1 große Zwiebel
  - 2 EL Mehl
- Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren
- Für die Garnitur:** Schnittlauch und Petersilie als Garnitur verwenden. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.
- Schnittlauchhalme
  - 2 Zweige Petersilie