

# Schweinefiletmedallions mit Pilzrahm & gebratenem Kohlrabi

— Bio Kochbox KW 23



# Schweinefiletmedaillons mit Pilzrahm & gebratenem Kohlrabi



## MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

## Für 2 Portionen:

- 250 g Schweinefilet
- 1 Kohlrabi
- 20 g getrocknete Pilze
- 1 Schalotte
- 150 ml Sahne
- 50 ml Weißwein
- 1 Handvoll Petersilie

## Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Butter
- 1 EL Olivenöl

## Zubereitung:

Die getrockneten Pilze werden in warmem Wasser eingeweicht. Der Kohlrabi wird geschält, die holzigen Stellen werden entfernt und das Gemüse wird in Spalten oder Stifte geschnitten. Die Schalotte und die Knoblauchzehe werden geschält und fein gewürfelt. Das Schweinefilet wird pariert, trockengetupft und in Medaillons geschnitten. Die Petersilie wird gewaschen, trockengeschüttelt und fein gehackt. In einer großen Pfanne wird zunächst der Kohlrabi in Olivenöl bei mittlerer Hitze gebraten, bis er goldene Stellen bekommt und langsam weich wird, dabei wird er mit Salz und Pfeffer gewürzt und warmgehalten. In derselben oder einer zweiten Pfanne werden die Schweinefiletmedaillons in Butter von beiden Seiten kräftig angebraten und danach kurz ruhen gelassen. Schalotte und Knoblauch werden im Bratensatz angeschwitzt, die ausgedrückten Pilze zugegeben und kurz mitgebraten. Anschließend wird mit Weißwein oder Brühe abgelöscht und die Sahne angegossen. Die Sauce wird cremig eingekocht, mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt und mit gehackter Petersilie verfeinert. Zum Servieren werden die Medaillons zusammen mit dem gebratenen Kohlrabi und dem Pilzrahm angerichtet.