

Festliches Weihnachtsmenü - Hauptgang:

Schweinefilet mit Pflaumenmus-Sauce

Das Schweinefilet ist im Handumdrehen gebraten und auch die Pflaumenmus-Sauce ist raffiniert einfach. Für diesen festlichen Hauptgang stehen Sie maximal eine Stunde in der Küche und haben dafür mehr Zeit für die Familie.

Zutaten (für 4 Personen)

600 g Schweinefilet

850 g Süßkartoffeln

300 g Brokkoli

20 g geröstete Haselnusssplitter

30 g Knoblauchbutter

3 EL Öl

100 ml Sahne

100 ml Milch

Sauce

200 ml Geflügelfond

100 ml Portwein oder alternativ Kirschsafft

2 gehäufte EL Pflaumenmus

1 TL Honig

Zubereitung

Süßkartoffeln schälen und ca. 15 min garkochen, mit Sahne und Milch stampfen.

Für die Sauce: Geflügelfond, Portwein bzw. Kirschsaff, Pflaumenmus und Honig sämig einkochen (ca. 5-7 min), mit Salz abschmecken.

Schweinefilet (Zimmertemperatur, 1 Stunde vorher aus dem Kühlschrank nehmen) in acht ca. 70 g schwere Medaillons portionieren, in 2 EL Öl von beiden Seiten (Hitze 7-8) jeweils 4-5 min braten, salzen, pfeffern und in Alufolie 10 min ruhen lassen).

Brokkoli bissfest kochen, unter kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen, in der Pfanne mit Knoblauchbutter, 1 EL Öl und den gerösteten Haselnusskernen leicht anbraten.

Olaf Kosert und Antenne Brandenburg wünschen guten Appetit!