Schweinemedallion mit Pfifferlingen



Zutaten für 4 Portionen:

600-700g Schweinefilet
500g frische Pfifferlinge
2 Mittelgroße Zwiebeln
2 dicke Knoblauchzehen
1 Strauß Petersilie
(zupfen und klein hacken)
250 ml Sahne
500 g Spätzle
(Rezept gibt es auch hier)
Salz, schwarzer Pfeffer & Cayennepfeffer

Nährwerte p. P.: kcal: 1117 – Eiweiß: 70,57 g – Fett: 34,52 g - Kohlenhydrate.: 128,46 g

Vorbereitungen:

Das Schweinefilet von den Sehnen und Häuten befreien, danach in ca. 4-5 cm dicke Medaillons schneiden. Den Strauß Petersilie von den Ästen lösen und klein hacken, die Zwiebeln und den Knoblauch schälen, dann ich ganz kleine Würfelchen schneiden. Die Pfifferlinge putzen und in Stücke schneiden, wer möchte kann dies auch ganz lassen. Bei Pfifferlingen aus dem Glas oder Dose entfällt dieser Schritt!

Nun das Nudelwasser aufsetzen, die Nudeln hineingeben und nach Rezeptangaben kochen lassen. Bis dahin sollten auch die Medaillons auf den Punkt gegart sein, so dass alles zusammen serviert werden kann.

Zubereitung:

Die Medaillons leicht salzen und pfeffern, danach in der Pfanne scharf anbraten, dann aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller im Backofen ca. 8-10 Minuten bei 75 Grad Umluft auf gewünschten Grad fertig garen lassen.

Zwischenzeitlich die Pilzsauce zubereiten:

Die Pfanne in der die Medaillons gebraten wurden auf den Herd stellen und erhitzen, Zwiebelwürfel rein geben und anschwitzen bis diese glasig gedünstet sind, dann den Knoblauch hinzufügen, diesen mit anschwitzen.
Die Pilze sowie die Hälfte der gehackten Petersilie hinzufügen und mit dünsten. Als Nächstes die Sahne unter ständigem umrühren hinzufügen. Die Sauce mit Pfeffer, Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Eventuell etwas eindicken mit Mondamin.