

SCHWEINEMEDAILLON IM SPECKMANTEL AUF BANDNUDELN AUS DEM WOK MIT GEGRILTEM GRÜNEN SPARGEL

Für 4 Personen



Ausstattung:

Pinsel, mehrere Schüsseln, 2-3 Messer, 2 Schneidebretter (Fleisch/Gemüse), Geschirrtücher, Rolle Küchentücher, Alufolie, Wok/Pfanne oder Dutchoven, Frischhaltefolie, Kerntemperaturfühler

GEGRILLTER GRÜNER SPARGEL

Zutaten:

1 Bund grüner Spargel
½ Limette (Saft), Salz, Pfeffer, etwas Olivenöl

Zubereitung:

Vom Spargel das untere Drittel abschneiden und die Stangen auf hoher, direkter Hitze bissfest grillen. Den Spargel in etwa 3 cm breite Rauten schneiden. In einer Schüssel mit Salz, Pfeffer, Limettensaft und etwas Olivenöl würzen, abschmecken.

SCHWEINEMEDAILLON IM SPECKMANTEL AUF BANDNUDELN AUS DEM WOK

Zutaten:

4 Schweinefiletmedaillons á 110 g	1 kleine Zwiebel
2 EL Gewürzmischung für Gegrilltes	2 EL Olivenöl
8 Speckscheiben	1 EL Trüffelöl oder -paste
250 g Bandnudeln (vorgekocht– al dente)	250 ml Sahne
1 EL frischer gehackter Thymian und Rosmarin	Salz & Pfeffer
125g braune Champignons (alternativ zum Spargel)	

Zubereitung:

Den vorbereiteten, gegrillten Spargel mit Zwiebel im Wok oder Dutch Oven anbraten – alternativ dünn geschnittene Pilze verwenden. Die Sahne zugeben bei mittlerer Hitze zum Köcheln bringen, mit Trüffelöl oder -paste sowie Salz und Pfeffer würzen. Nun die Nudeln unterheben und darin heiß werden lassen. Zum Anrichten auf den Tellern nun mittels einer großen Fleischgabel aufrollen und vorsichtig auf den Teller gleiten lassen. Vor dem Servieren leicht mit dem Öl beträufeln.

Das Filet mit dem Olivenöl einölen und mit der Gewürzmischung rundherum einreiben, dann mit zwei Speckscheiben umwickeln. In Frischhaltefolie fest einwickeln und mind. 15 Minuten marinieren. Den Grill auf direkte und indirekte Hitze vorbereiten. Das Filet rundherum scharf angrillen und noch 4 weitere Minuten im indirekten Bereich zu Ende garen lassen.

Vom Grill nehmen und wiederum 3 Minuten ruhen lassen, in den gehackten Kräutern kurz wälzen, sodass sie haften bleiben. Nun in Tranchen schneiden, auf den Nudeln anrichten und servieren.