



Schweinsfilet-Medaillons mit Honig-Caramel

HAUPTGERICHT FÜR 4 PERSONEN

200 g tiefgekühlte Erbsen
Salz
50 g Butter
1 dl Gemüsebouillon
Pfeffer
600 g Schweinsfilet am Stück
1 TL cremiger Honig, z. B. Miel de Genève
2 EL Bratbutter
0,5 dl trockener Weisswein
1 dl gebundene Bratensauce
2 Zweige Estragon

Honig-Caramel:

80 g Zucker
50 g cremiger Honig
2 dl Wasser
2 Prisen Salz

1. Für den Caramel Zucker, Honig und Wasser aufkochen. Bei grosser Hitze zu einer dickflüssigen, goldbraunen Masse einkochen. Salzen. Caramel auf ein Backpapier giessen, dünn ausstreichen. Abkühlen lassen, in Stücke brechen.

2. Erbsen in Salzwasser weich kochen. Abgiessen und abtropfen lassen. Mit Butter und Bouillon pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Filet mit Honig, Salz und Pfeffer würzen. In Bratbutter 20–25 Minuten rundum braten. In Alufolie wickeln und warm stellen. Bratsatz mit Wein ablöschen. Bratensauce zugeben, aufkochen. Estragonblätter dazupfufen. Filet tranchieren, mit Estragonsauce, Erbsenpüree und Honig-Caramel servieren.

ZUBEREITUNG ca. 40 Minuten
 + 20–25 Minuten braten

Pro Person ca. 37 g Eiweiss, 19 g Fett,
 40 g Kohlenhydrate, 2050 kJ/490 kcal



UELI INDERMÜHLE von «Events et Saveurs», Genolier VD

In der Domaine de Plein-Vent in Arare GE kocht Ueli Indermühle für Geneviève-Prune Yersin eine authentisch bürgerliche Küche, die perfekt in die herrschaftliche Umgebung passt.

CHRISTINE KUNOVITS: «Das Überraschende an dieser Kreation von Ueli Indermühle ist die Honigsauce, die dem Schweinsfilet einen süsslich-salzigen Geschmack verleiht. In Verbindung mit dem Erbsenpüree wird das Gericht zum Gedicht.»



Honig
 Genossenschaft Genf

