

Rezept

Filet im Blätterteig

Ein Rezept von Filet im Blätterteig, am 09.06.2026

Zutaten

| | |
|---|-----------------------------|
| 2 quadratische Scheiben Blätterteig (90 g) | 100 g Champignons |
| 1 Schalotte | 2 Stängel Petersilie |
| 150 g Schweinefilet (aus der Mitte) | Salz |
| Pfeffer | 1 EL Öl |
| 1 TL Milch | Mehl für die Arbeitsfläche |
| Backpapier für das Blech | |

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 640 kcal

Zubereitung

1. Die Blätterteigscheiben nebeneinander auf der Arbeitsfläche auftauen lassen.

2. Die Champignons putzen, trocken abreiben und fein hacken. Die Schalotte schälen und fein hacken. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter fein schneiden.

3. Das Fleisch trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen. Das Filet darin von allen Seiten (auch an den Enden!) insgesamt 2 Min. anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen.

4. Die Schalotte und die gehackten Pilze ins Bratfett geben und unter Rühren 2 Min. braten. Die Petersilie untermischen, das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und lauwarm abkühlen lassen.

5. Den Backofen auf 200° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert). Die Blätterteigscheiben aufeinanderlegen und auf der bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck von ca. 18 x 24 cm ausrollen.

6. Die Hälfte der Pilze auf die Mitte des Teigs geben. Das Filet daraufsetzen und mit den übrigen Pilzen umhüllen (geht am besten mit den Händen). Den Blätterteig darüber schließen und die Ränder gut zusammendrücken. Dicke Teigländer abschneiden. Sie können daraus Streifen schneiden und das Päckchen damit dekorieren.

7. Das Blätterteigpäckchen mit der Nahtstelle nach unten auf das mit Backpapier belegte Blech setzen und mit der Milch bepinseln. Im heißen Backofen (Mitte) ca. 25 Min. backen. Herausnehmen und vor dem Anschneiden 5 Min. ruhen lassen. Dazu schmeckt ein bunter Salat.