

## Rezept

# Pfeffer-Pistazien-Filet

Ein Rezept von Pfeffer-Pistazien-Filet, am 15.01.2025

## Zutaten

<b>1</b> großes Schweinefilet (600 g)	Salz
<b>2 EL</b> neutrales Pflanzenöl	<b>2 Scheiben</b> Toastbrot
<b>25 g</b> Pistazienkerne	<b>1 TL</b> rosa Pfefferbeeren
<b>1 TL</b> schwarze Pfefferkörner	<b>1 EL</b> grobkörniger Rotisseursenf

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen samt ofenfester Form auf 80° (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Die Filetspitze entfernen und anderweitig verwenden. Das Filet salzen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, das Filet darin rundherum, auch an den Enden, 6 – 7 Min. anbraten. Das Filet in die Form legen und im Backofen (Mitte) ca. 1 Std. garen, bis eine Kerntemperatur von 50° erreicht ist.
2. Das Toastbrot entrinden und im Blitzhacker mit Pistazienkernen, rosa Pfefferbeeren und schwarzen Pfefferkörnern zerkleinern. Das Filet herausnehmen, die Ofentemperatur auf 220° erhöhen. Das Filet mit dem Senf bestreichen und in der Pfeffermischung wälzen. Auf das Backofengitter legen (eventuell die Fettpfanne unterschieben) und ca. 10 Min. garen, bis eine Kerntemperatur von 65° erreicht und die Pfefferkruste knusprig ist.
3. Das Filet herausnehmen und ca. 5 Min. ruhen lassen. Dann das Filet in Scheiben schneiden und servieren.