

Rezept

Schweinefilet mit Rhabarberchutney

Ein Rezept von Schweinefilet mit Rhabarberchutney, am 10.06.2023

Zutaten

Für das Schweinefilet

je 1/2 TL schwarze und weiße Pfefferkörner	4 EL Öl
750 g Schweinefilet	Salz
Pfeffer	

Für das Chutney

250 g Erdbeeren	500 g Rhabarber
2 Schalotten	1 rote Chilischote
50 g gehackte Mandeln	150 g Gelierzucker 3:1
100 ml milder Weißweinessig	1 TL Meersalz
1 TL grüner Pfeffer (aus dem Glas)	1 TL Aceto balsamico

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal

Zubereitung

1. Für das Filet die Pfefferkörner im Mörser grob zerstoßen und mit 1 EL Öl mischen. Das Fleisch damit bestreichen, in Frischhaltefolie wickeln und bis zur Weiterverwendung kühl stellen.
2. Für das Chutney die Erdbeeren waschen, putzen und trocken tupfen. Den Rhabarber waschen, falls nötig, schälen und die Enden abschneiden. Erdbeeren und Rhabarber klein würfeln. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Chilischote halbieren, entkernen, waschen und fein hacken.
3. Die vorbereiteten Zutaten mit Mandeln, Gelierzucker, Weißweinessig und Meersalz in einem Topf bei schwacher Hitze ca. 15 Min. ziehen lassen. Grünen Pfeffer dazugeben und alles aufkochen. Dann bei mittlerer Hitze unter Rühren ca. 20 Min. sämig einköcheln lassen und mit dem Essig abschmecken.
4. Inzwischen den Backofen auf 220° vorheizen. Das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen und das Schweinefilet darin rundherum braun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Die Backofentemperatur auf 100° reduzieren. Das Fleisch in eine ofenfeste Form legen und im heißen Ofen (Mitte, Umluft nicht geeignet) ca. 20 Min. garen. Herausnehmen, 3-4 Min. abgedeckt ruhen lassen und in Scheiben schneiden. Mit dem Chutney servieren.