

Rezept

Schweinemedallions mit Kräuter-Käse-Kruste

Ein Rezept von Schweinemedallions mit Kräuter-Käse-Kruste, am 09.06.2026

Zutaten

20 g Frischkäse, fettreduziert	10 g Butter
1/2 EL 1/2 EL Semmelbrösel	1/2 EL 1/2 EL frisch geriebener Parmesan
1 geh. EL frische, gehackte Kräuter, wie Petersilie, Thymian, Rosmarin, Basilikum oder TK-Gartenkräuter	1 Msp. fein abgeriebene Bio-Zitronenschale
Salz	1/2 1/2 Eigelb
200 g mitteldicke Spargelstangen	Salz, Pfeffer
Pfeffer	125 g Zuckerschoten
4 Schweinemedallions, à 60 g	50 g Frischkäse, fettreduziert
2 TL Olivenöl	frisch geriebene Muskatnuss
	Salz, Pfeffer
	Auflaufform (ca. 20 x 20 cm)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 375 kcal

Zubereitung

1. Für die Kräuterkruste Frischkäse, Butter, Semmelbrösel, Parmesan, Kräuter, Zitronenschale und Eigelb mit einer Gabel gut vermischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken, zu vier Kugeln formen und kalt stellen.
2. Den Backofen auf 250° (Umluft 230°) vorheizen. 1/2 l Wasser mit 1/2 TL Salz aufkochen. Zuckerschoten waschen und putzen. Die Spargelstangen schälen, quer halbieren oder vierteln.
3. Zuckerschoten und Spargel 2-3 Min. im kochenden Wasser blanchieren, mit einem Sieblöffel herausheben und abtropfen lassen. 100 ml heißes Gemüsewasser mit dem Frischkäse glatt rühren und mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskat abschmecken. Das Gemüse in die Sauce geben und aufwärmen.
4. Das Fleisch von allen Seiten mit Salz und Pfeffer bestreuen. In einer beschichteten Pfanne das Olivenöl stark erhitzen und das Fleisch darin von jeder Seite 1-2 Min. hellbraun anbraten, in die ofenfeste Form legen.
5. Auf jedes Medaillon eine Kräuterkugel legen, flach drücken und die Medallions im Ofen (Mitte) 10-12 Min. überbacken. Mit dem Gemüse anrichten.