



Zutaten für 2 Personen

400 g Iberico-Schweinefilet
Tasmanischer Pfeffer (2 Körner)
Rosmarin

100 g Brechbohnen

70 g Parmesan
150 g Fettuccine
1/2 kleine Zucchini
1 kleine Möhre
8 Cocktailtomaten
1 EL Butter
6 Salbeiblätter

250 ml Bratenfond
50 ml Weißwein
1 EL Sojasauce
Kreuzkümmel
Tasmanischer Pfeffer (3 Körner)

Salz
Pfeffer
Schwarzes Hawaii-Salz



Iberico-Schweinefilet mit Fettuccine im Parmesankörbchen und Bohnenbündel

Zubereitung

Das Iberico-Schweinefilet in zwei Vakuumbuteln mit je 1 Zweig Rosmarin, 1 Korn Tasmanischem Pfeffer und etwas Olivenöl vakuumieren. Thermalisierer auf 57 °C aufheizen lassen und anschließend das Schweinefilet im Wasserbad 50 Minuten garen.

Für die Parmesankörbchen den Backofen auf 160 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen. Aus fein geriebenem Parmesan 2 runde Kreise formen und im Backofen schmelzen lassen. Herausnehmen und sofort über eine Müsli-Schale o.ä. legen und in Form bringen.

Für die Jus den Bratenfond, Weißwein, Sojasauce, Kreuzkümmel und Pfefferkörner zum Kochen bringen und auf die Hälfte einreduzieren lassen.

Bohnen waschen und die Enden kürzen. Etwa die Hälfte der Bohnen der Länge nach aufschneiden. Die restlichen Bohnen in ca. 3-4 cm lange Stengel kürzen und mit Küchengarn zu Bündeln binden. Salzwasser aufkochen und sowohl die Bündel als auch die aufgeschnittenen Bohnen ca. 4 Minuten darin köcheln.

Zucchini waschen, Möhre schälen. Zucchini und Möhre in dünne Stifte schneiden. Cocktailtomaten waschen und 6 davon halbieren.

Fettuccine nach Packungsanleitung in Salzwasser kochen. Nudeln abgießen. Butter in einer Pfanne zerlassen. Zucchini- und Möhrenstifte kurz andünsten, salzen und pfeffern. Salbeiblätter grob hacken und mit den Nudeln und den halbierten Cocktailtomaten zu dem Gemüse geben. Alles kurz durchschwenken.

Das Iberico-Schweinefilet aus dem Beutel nehmen, trockentupfen und in einer heißen Pfanne von beiden Seiten kurz scharf anbraten. In Alufolie wickeln und 3 Minuten ruhen lassen.

Die Gemüse-Fettuccine im Parmesankörbchen anrichten und mit einer Cocktailtomate garnieren. Bohnen auf vorgewärmte Teller geben, die Bündel daneben platzieren. Das Schweinefilet auf das Bohnennetz legen und mit schwarzem Hawaii-Salz würzen. Jus dazureichen.