

Kochen mit Klaus

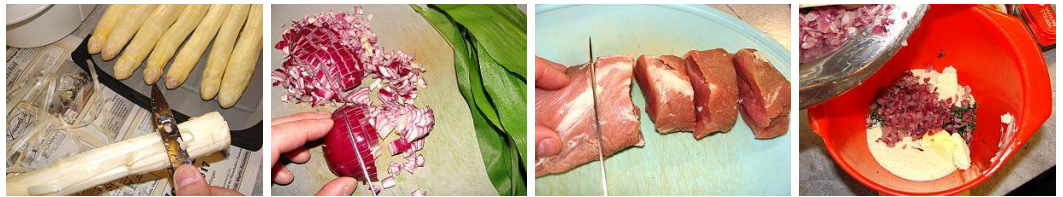
Filet mit Kräuterkruste & Spargel

Zutaten: (Für 4 Personen)

- 1 kg weißer Spargel, 650 g Schweinefilet, Salz, Zucker, Zitronensaft,
- 1 rote Zwiebel, 20 g TK 8-Kräuter, 1 P. Knorr Zitronen Butter Sauce,
- 25 g Bärlauch, Pfeffer, 35 g Butter, 5-6 EL Semmelbrösel, Weißwein

Zubereitung:

1. Spargel schälen, Enden abschneiden. Zwiebel abziehen, fein würfeln u. in Butter glasig dünsten. Filet in Medaillons schneiden. Kräuter mit $\frac{1}{2}$ Zwiebeln, Zitronensaft, Bärlauch, Butter u. Semmelbröseln zu einer Paste verarbeiten. Mit Salz u. Pfeffer würzen. Spargel mit Salz, Zitronensaft, Zucker bestreut im Dampfgarer ca. 25 Min. garen.



2. Filet beidseitig in Butter 1 Min. scharf anbraten, beidseitig salzen u. pfeffern u. in eine Auflaufform geben. Mit der Kräutermischung bedecken u. im vorgeh. Ofen bei 200°C 12-15 Min. backen. In den letzten 2 Min. den Grill einschalten u. die Filets überbacken.



3. Päckcheninhalt mit je 200 ml Wasser u. 50 ml Wein anrühren, die restl. Zwiebeln damit ablöschen. Aufkochen u. mit Salz, Pfeffer u. Zitronensaft würzen. Filets mit Spargel auf der Sauce servieren.



Tipp des Chaoten: Dazu Petersilien-Röstkartoffeln reichen.

