

# Schweinefilet in Salbeisauce

## Zutaten

- 600 Gramm Schweinefilet
- etwas Pfeffer
- 10 frische Salbeiblätter (lasst euch nicht auf Salbeipulver ein!)  
oder 1 TL getrocknete Salbeiblätter
- 75 Gramm alter Gouda
- 75 Gramm gekochter Schinken
- 1 Brühwürfel (oder entsprechendes Pulver)
- 1 Becher Sahne
- 1 Paprika, wenn möglich: rot
- 60 Gramm Butter

## Zubereitung

- In das Filet der Länge nach eine Tasche einschneiden. Innen und außen gründlich pfeffern und mit einigen Salbeiblättern auslegen.
- Als Zwischenübung aus dem Brühwürfel Brühe machen 🤪
- Gouda und gekochten Schinken fein würfeln, in die Fleischtasche einfüllen. Zusammenklappen und mit Zahnstochern oder Rouladennadeln feststecken.
- Das Filet in Butter rundherum ungefähr 5 Minuten anbraten. Mit der Brühe ablöschen. Bei milder Hitze zugedeckt ca. 20 Minuten schmoren. Das Filet herausnehmen, Zahnstocher oder Nadeln entfernen, Fleisch mit Folie oder einem Teller abdecken und warm stellen.
- Die Sauce mit Sahne verrühren und bis zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen. Mit Pfeffer, Paprika und dem restlichen zerriebenen Salbei abschmecken.

Dazu schmeckt ein frisch aufgebackenes Weißbrot, Bandnudeln oder auch Kartoffelpüree.

- Tip 1: zum Garnieren frische Salbeiblätter kurz in Butter anrösten und über das Filet geben.
- Tip 2: bei der Zubereitung abschmecken. Schmeckt man schon anfangs den Salbei kräftig durch, ist das Essen hinterher oft an der Grenze des Essbaren ...

From:

<http://www.wernerflamme.de/> - **Werners Wiki**

Permanent link:

<http://www.wernerflamme.de/doku.php?id=rezepte:schwfisaso>

Last update: **2012-03-08 07:12**

