Schweinefilet im Brotmantel

Ein tolles Rezept für Gäste: Das Schweinefilet im Brotmantel schmeckt nicht nur köstlich, sondern lässt sich auch prima vorbereiten!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 1,3 h

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 2,6 h

Zutaten

500 g	Weizenmehl
1 Handvoll	Mehl (für die Arbeitsfläche)
1 TL	Salz
800 g	Schweinsfilet
40 g	Hefe
100 g	Margarine
2 EL	Öl
120 ml	Wasser
2 EL	Kräuter (der Provence)
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für das Schweinefilet im Brotmantel zunächst Mehl mit Salz und Kräutern der Provence mischen und mit der Margarine verkneten. Hefe in Wasser auflösen und dann unter den Teig kneten.

2. Sobald der Teig eine geschmeidige Konsistenz bekommt, zu einer Kugel formen und in eine Schüssel legen. Mit einem Küchentuch abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.

3. In der Zwischenzeit sorgfältig die weiße Haut vom Schweinefilet entfernen, dann das Fleisch abwaschen un trocken tupfen. Von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen.

4. Das Fleisch im heißen Fett rundherum scharf anbraten. Auf kleinste Flamme stellen und so innerhalb von 30 Minuten fertig garen. Aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Währenddessen den Backofen auf 180°C vorheizen.

5. Die Arbeitsfläche mit Mehl ausstreuen und den Teig darauf ausrollen. Das Filet auf den Teig setzen und darin einwickeln, dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. Im Ofen ca. 50 Minuten backen, herausnehmen und servieren.

Tipp

Zum Schweinefilet im Brotmantel schmecken grüne Bohnen.