



Schweinefilet in Senfsauce **solomillo de cerdo a la mostaza**

Mit diesem Rezept für Schweinefilet mit Senf können Sie ganz einfach ein leichtes und schmackhaftes Partygericht zubereiten, das sich sehen lassen kann.

Herkunft: Südamerika

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

600 g Schweinefilet

1 EL Senf

1 Zwiebel(n)

1 Zweig(e) Petersilie

150 ml Milch

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

4 EL Olivenöl

Vorbereitung

Das Schweinefilet in 2 bis 3 cm dicke Medaillons schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebel schälen und in sehr feine Streifen schneiden. Die Petersilie waschen, abtupfen und fein hacken.

Zubereitung

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons von beiden Seiten etwa 1 bis 2 Minuten scharf anbraten, dann herausnehmen und beiseite stellen. Sie werden später in der Sauce fertig gegart. Nun die Zwiebeln in die gleiche Pfanne geben und bei reduzierter Hitze glasig braten. Nun die Milch in die Pfanne geben und umrühren, damit sich die Milch mit den Zwiebeln und dem Fleischsaft verbinden kann. Den Senf dazugeben und ebenfalls verrühren, die Sauce mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Nun die Medaillons zurück in die Pfanne geben. Noch ein paar Minuten in der Sauce kochen lassen, damit sich die Aromen verbinden und das Fleisch den gewünschten Garpunkt erreicht. Herausnehmen und mit der Petersilie bestreut servieren.