

Herzhaft & cremig SCHWEINEFILET- MEDAILLONS



AUF QUARKSPÄTZLE IN CREMIGER PILZRAHMSOSSE



ZART • CREMIG • HERZHAFT ♥



Zarte Medallions, hausgemachte Quarkspätzle
und cremige Pilzrahmsauce – echtes Wohlfühlessen!



ZUTATEN

Pampered Chef®

Für die Quarkspätzle

- 250 g Mehl
- 250 g Magerquark
- 4 Eier, Größe M
- 16 g Salz*

Für das Schweinefilet

- 700–800 g Schweinefilet
- 2 EL Öl
- 2 TL Paprikapulver, edelsüß
- 1 TL Knoblauchpulver
- 1 TL Zwiebelpulver
- Salz und Pfeffer

Für die Pilzrahmsauce

- 400 g Champignons
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 500 ml Sahne
- 200 ml Gemüsebrühe
- 200 g Kräuterfrischkäse
- 1 TL Senf
- 1 TL Paprikapulver, edelsüß
- Salz und Pfeffer
- 1 EL gehackte Petersilie

* 16 g Salz würzen kräftig. Nach Geschmack reduzieren
und das Kochwasser nur leicht salzen.



ZUBEREITUNG

- 1 Mehl, Magerquark, Eier und Salz zu einem glatten, zähflüssigen Teig verrühren. Etwa 10 Minuten ruhen lassen.
- 2 Reichlich Wasser aufkochen und salzen. Teig portionsweise vom Spätzleblett schaben oder durch eine Spätzlepresse drücken.
- 3 Sobald die Spätzle aufsteigen, mit der Schaumkelle herausnehmen, kurz abtropfen lassen und auf dem James verteilen.
- 4 Filet trocken tupfen, Silberhaut und größere Sehnen entfernen und in 2–3 cm dicke Medallions schneiden.
- 5 Medallions mit Öl, Paprika-, Knoblauch- und Zwiebelpulver sowie Salz und Pfeffer rundherum würzen.
- 6 Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und würfeln.
- 7 Sahne, Gemüsebrühe, Kräuterfrischkäse, Knoblauch, Senf, Paprika, Salz, Pfeffer und Petersilie verrühren.
- 8 Etwa die Hälfte der Sauce über den Quarkspätzle verteilen.
- 9 Champignons und Zwiebel darübergeben und die rohen, gewürzten Medallions darauflegen.
- 10 Restliche Sauce über Fleisch und Spätzle verteilen. Nach Wunsch mit Gouda oder Emmentaler bestreuen.
- 11 James auf die unterste Einschubhöhe des vorgeheizten Backofens stellen.
- 12 Bei 200 °C Ober-/Unterhitze etwa 25–30 Minuten backen.
- 13 Am dicksten Medallion messen: mindestens 70 °C Kerntemperatur erreichen und 2 Minuten halten. Sonst weiterbacken und erneut prüfen.
- 14 Vor dem Servieren mit frischer Petersilie bestreuen.

TIPP

Medallions ähnlich dick schneiden,
damit sie gleichmäßig garen.



Guten Appetit!