

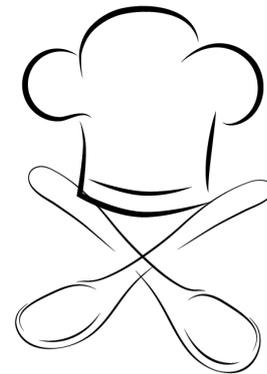


## Unsere Rezeptempfehlung: Schweinefilet im Speckmantel (4 Personen) mit Spitzkohl, Weintrauben und Walnüssen

### Zutaten:

700g Schweinefilet  
Salz, Pfeffer  
1 TL grobgehackter Rosmarin  
150g Bauchspeck (dünne Scheiben)  
2 EL Pflanzenöl  
1 mittelgroßer Spitzkohl  
1 Zwiebel  
3 EL Olivenöl

2 EL Zucker, Salz nach Geschmack  
200 ml Gemüsebrühe  
ca. 15 helle kernlose Weintrauben  
40g Walnüsse  
Honig  
Bratengarn



### Zubereitung:

Den Backofen auf 120°C Ober-Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet mit Salz, Pfeffer und Rosmarin einreiben. Danach mit dem Bauchspeck umwickeln (evtl. mit Bratengarn fixieren). Öl in der Pfanne erhitzen und das Schweinefilet von allen Seiten anbraten. Anschließend das Fleisch in eine Auflaufform legen und ca. 20 Minuten im Backofen weitergaren. Danach kurz in Alufolie wickeln und ca. 10 Min. ziehen lassen. Während das Schweinefilet im Backofen gart, Spitzkohl putzen und die Blätter in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden. (ohne Strunk) Zwiebel würfeln, Zwiebelwürfel glasig dünsten, Spitzkohl zufügen und ebenfalls dünsten. Salz und Zucker über den Kohl streuen und karamellisieren. Anschließend mit Gemüsebrühe ablöschen und bei geringer Hitze ca. 15 Min. weitergaren. In der Zwischenzeit, Trauben waschen und halbieren, Walnüsse grob hacken. Sobald der Kohl weich ist, die Zutaten zum Kohl zufügen, ca. 1-2 Min. ziehen lassen. Mit Honig etwas verfeinern. Das fertig gegarte Schweinefilet in Scheiben schneiden und auf dem Kohl servieren.

**Guten Appetit!!!**

Empfohlen von: *Lena*