

Schweinsfilet im Blätterteig



Zubereitungszeit

20 Minuten + 30-35 Minuten backen

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 790 kcal

Eiweiss: 41 g

Fett: 47 g

Kohlenhydrate: 39 g

Tipps zu diesem Rezept

- Dazu passen Kartoffelgratin und gebratener Chicorée.

Zutaten für 4 Portionen

500 g	Schweinsfilet
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
3 EL	Bratbutter
120 g	Rohschinken
320 g	ein rechteckig ausgewallter Blätterteig
3 EL	Senf , z.B. Dijon originale
5 EL	Paniermehl zum Wenden
1	Zwiebel fein gehackt
1	Eigelb zum bestreichen

Zubereitung

1. Filet trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In wenig Bratbutter rundum 4-5 Minuten anbraten.

Auskühlen lassen.

2. Backofen auf 200 °C vorheizen. Filet rundum mit Senf bestreichen und im Paniermehl wenden. Rohschinken auf Klarsichtfolie in der Breite des Filets auslegen. Filet darauf setzen und mit Hilfe der Folie mit Schinken umwickeln. Blätterteig auf der Arbeitsfläche ausbreiten und die feingehackte Zwiebeln darauf verteilen. Filet mit der Folie darauf setzten. Folie vorsichtig ablösen. Teig um das Filet wickeln und andrücken. Überschüssigen Teig mit einem gezackten Teigrädchen in breite Streifen schneiden und das Filet im Teig damit dekorieren.

3. Eigelb verquirlen und den Teig damit bestreichen. Teig mit einem Zahnstocker etwas einstecken. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. In der Ofenmitte ca. 30-35 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen. 10 Minuten ruhen lassen. Filet mit einem Messer in Scheiben schneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten.

