Eingewickeltes Schweinsfilet für die ganze Familie mit Kartoffel-Zucchetti-Beilage

Zutaten

1	grosses Schweinsfilet (500 g)
	Bratspeck
5	mittlere, festkochende Kartoffeln
4	Zucchetti
1	Knoblauchzehe
1	Bund Petersilie
1 EL	Tomatenpüree
½ l	Wasser
1 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
	Senf



Zeitangaben
Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.
Backen: ca. 1 Std.

Energiewert / Person
ca. 901 kJ/215 kcal

Mein Einkauf

- ❑ 1 grosses Schweinsfilet (500 g)
- ❑ Bratspeck
- ❑ 5 mittlere, festkochende Kartoffeln
- ❑ 4 Zucchetti
- ❑ 1 Bund Petersilie

Im Vorrat

- ❑ Knoblauch
- ❑ Tomatenpüree
- ❑ Olivenöl
- ❑ Salz
- ❑ Pfeffer aus der Mühle
- ❑ Senf

Zubereitung

Zucchetti und geschälte Kartoffeln je in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden, zusammen in einer Gratinform verteilen, Knoblauch hacken, mit der geschnittenen Petersilie unter die Kartoffeln und Zucchetti mischen, ½ Liter Wasser mit 1 EL Tomatenpüree, 1 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen, über das Gemüse giessen und im Ofen ca. 1 Stunde bei 200 °C backen.

Schweinsfilet abspülen, trocken tupfen, in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden, mit Bratspeck umwickeln. Olivenöl in einer Bratpfanne erhitzen, rundum gut anbraten, jede Seite 5 Min. bei reduzierter Hitze weiterschmoren lassen, Fleisch auf vorgewärmte Platte legen. Für die Sauce 2 Kaffeelöffel Senf, Salz und Pfeffer und 2 dl Wasser in der Pfanne köcheln lassen.

Weitere gluschtige Rezepte unter

www.coop.ch/rezepte

Coop-Magazin Verde Nr. 2/21.10.2008