



Schweinefilet auf Wintergemüse mit Steinpilz- Knödeln

Zubereitet mit: Pfanni

ca. 60 min | normal

Zutaten

für 4 Portionen

- 1 Knoblauchzehe
- 600 g Schweinefilet
- Jodsalz
- Pfeffer
- 2 EL Rapsöl
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zweig Thymian
- 1 Bund Lauchzwiebeln
- 200 g Karotten
- 200 g Rote Bete
- 200 g Pastinaken
- 1 Topf KNORR Bouillon Pur Huhn
- 2 TL Walnussöl
- 15 g getrocknete Steinpilze
- 100 g frische Steinpilze
- 1 Schalotte
- 2 EL Butter
- 1 Scheibe Toastbrot
- 1/2 Bund Petersilie
- 8 Stk. PFANNI Semmelknödel (im Kochbeutel)
- Alufolie
- 3 geh. EL MONDAMIN Klassische Mehlschwitze, hell

Nährwerte

Energie (Kilojoule):	3097 kJ
Energie (Kilokalorien):	741 kcal
Fett:	29 g
davon gesättigte Fettsäuren:	12 g
Kohlenhydrate:	67 g
davon Zucker:	11 g
Ballaststoffe:	10 g
Eiweiß:	46 g
Salz:	4,1 g

Zubereitung

1. Für das Schweinefilet mit Wintergemüse und Steinpilz-Knödeln Knoblauch mit der breiten Seite des Messers leicht andrücken. 600 g Schweinefilet trocken tupfen, salzen und pfeffern. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch, je 1 Zweig Rosmarin und Thymian und Knoblauch hineingeben und von allen Seiten anbraten.
2. 1 Bund Lauchzwiebeln putzen, Je 200 g Karotten, Rote Bete und Pastinaken schälen. Alles klein schneiden. In einem Topf wenig Salzwasser aufkochen. Gemüse und Lauchzwiebeln nacheinander darin blanchieren.
3. Ofen auf 200 °C (Umluft: 180 °C) vorheizen. Gemüse in einen Bräter schichten. Schweinefilet daraufsetzen. Topfinhalt KNORR Bouillon Pur in 1/4 l (250 ml) kochendes Wasser einrühren. Bouillon angießen, 2 TL Walnussöl darüberträufeln und mit Deckel ca. 25 Minuten schmoren.
4. 15 g getrocknete Steinpilze in lauwarmem Wasser ca. 10 Minuten einweichen, dann durch ein Filterpapier abgießen, das Wasser dabei auffangen. 100 g frische Steinpilze putzen und hacken. Schalotte schälen, hacken und in 2 EL zerlassener Butter in einer Pfanne glasig dünsten. Pilze zugeben und dünsten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Toastscheibe und Blättchen von 1/2 Bund Petersilie hacken und mit den eingeweichten Pilzen unter die Masse rühren. 8 Semmelknödel nach Packungsanweisung zubereiten und in Scheiben schneiden. Pilzmasse auf den Knödelscheiben verteilen und kurz im Ofen gratinieren.
5. Schweinefilet in Alufolie wickeln und kurz ruhen lassen. Soße durch ein Sieb passieren und aufgefangene Flüssigkeit mit 100 ml Pilzwasser aufkochen. 3 gehäufte EL MONDAMIN Mehlschwitze einrühren und 1 Minute kochen lassen. Schweinefilet mit Wintergemüse und Steinpilz-Knödeln anrichten.

Zubereitungszeiten des Rezepts

Vorbereitungszeit: 60 min

Nutzungsbedingungen

Copyright:

Die auf den Internetseiten der Unilever Gruppe enthaltenen Inhalte, wie insbesondere Texte, Bilder, Logos, Grafiken, Tonwerke, Animationen und Videos, sind urheberrechtlich geschützt. Die Unilever Gruppe gestattet das Sichten und Herunterladen sämtlicher Inhalte auf ihren Internetseiten ohne Einwilligung ausschließlich zu privatem, nichtkommerziellem Gebrauch. Eine etwaige Verlinkung ist nur mit Zustimmung der Unilever Gruppe erlaubt.

Inhalte und Downloads:

Die Unilever Gruppe hat bei der Erstellung der Websites größtmögliche Sorgfalt aufgewendet. Es besteht jedoch keine Gewährleistung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Daten, Informationen und Downloads. Sofern Sie also Daten, Informationen und Downloads verwenden, erfolgt dieses unter der Einschränkung, dass Unilever nur für das Fehlen garantierter Eigenschaften, der schuldhaften Verletzung von Hauptpflichten, der vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verletzung sonstiger Pflichten sowie im Fall von schuldhaften Gesundheitsverletzungen haftet.

Markenrechte:

Die auf den Websites der Unilever Gruppe genannten Marken und Logos sind markenrechtlich geschützt. Dritten ist die Nutzung und Verwendung sämtlicher Marken und Logos untersagt. Sondernutzungsbedingungen für registrierte Kunden und Journalisten ausschließlich für die Nutzung der Inhalte der Rezept-, Medien- und Bilddatenbanken.

Die Unilever Gruppe gestattet:

Kunden die Nutzung der Datenbankinhalte zur Bewerbung der Unilever-Produkte durch den Handelspartner in Druckerzeugnissen (Zeitung, Zeitschriften, insbesondere Handelsanzeigen, Handelsprospekte, Handzettel usw.) sowie im Internet;

Journalisten die Nutzung der Datenbankinhalte für gedruckte Presseerzeugnisse (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnisse im Internet unter der Beachtung der folgenden Bestimmungen:

Die Datenbankinhalte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung bzw. ausschnittsweise Verwendung.

Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf die Unilever-Produkte und/oder Packshot verwendet werden. Zulässig ist es, die Produkt-Kategorie zusammen mit einer Marke der Unilever Gruppe in Klammern zu nennen. Bsp.: "Bourbon-Vanille (z.B. von Cremissimo)".

Bei der Vervielfältigung der auf den Unilever Websites bereit gestellten Inhalte (Fotos und Texte) in digitalen Medien wie z.B. Websites und Blogs muss der Verwender sicher stellen, dass die Inhalte nicht bei Suchmaschinen wie Google aufgenommen (indexiert) werden. Dies kann über technische Restriktionen wie dem Einfügen des so genannten „noindex-Tags“ gewährleistet werden. Sofern bezüglich dieser Einschränkung Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte über das Kontaktformular dieser Seite an uns

PR-Kontakt

Sie haben Fragen zum Rezept oder zur Marke?

Schreiben Sie uns an, gerne helfen wir Ihnen weiter.



Unilever Deutschland Holding GmbH



[Kontakt aufnehmen](#)