

Schweinefilet mit Pflaume und Honig

(4 Personen)

Bitte heizen Sie Ihren Backofen auf 250°C vor. Nun lege das gerollte Schweinefilet auf ein Backblech. Jeweils 1 Salbeiblatt wird in die 2 Öffnungen der Filetrolle gesteckt. Das Filet wird mit Salz und Pfeffer eingerieben und ca. 20 min bei 230°C gebraten. Nun stelle den Herd weiter herunter. Bei 200°C brate das Fleisch für eine $\frac{3}{4}$ Stunde langsam weiter. Das Fleisch ist gar, wenn nach dem anstechen keine klare Flüssigkeit aus der Öffnung austritt. Nebenbei basteln wir an der Sauce. Dazu schmelzen wir die Butter in einen separaten Kochtopf und geben die zerkleinerten Pflaumen und den Honig dazu. Alles für ca. 4 min kochen lassen. Nun den Wein, den Orangensaft und das Pflaumenmus hinzufügen und weiter kochen lassen. Nach dem aufkochen stelle die Hitze auf kleine Flamme herunter und lasse die Sauce für ca. $\frac{1}{2}$ Stunde weiter köcheln. Sie dickt dabei ein und bekommt eine sirupartige Beschaffenheit. Füge nun den frisch gehackten Salbei mit in die Sauce. Nimm das Fleisch aus dem Ofen und schneide es in $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben. Achte darauf, dass Du es so schneidest, so dass Schnecken entstehen. Hübsch servieren und unsere Sauce dazu reichen.

Man nehme:

Für den Hauptgang:

1 kg Schweinefilet gerollt und mit Rouladennadeln fixiert

4 frische Salbeiblätter

$\frac{1}{2}$ TL Salz

$\frac{1}{2}$ TL Pfeffer

Für die Sauce:

5 zerkleinerte Pflaumen

100 g Butter

3 EL Honig

250 ml Orangensaft frisch gepresst

250 ml Rot- oder Portwein

1 EL frisch gehackter Salbei

1 EL Pflaumenkonfitüre oder Pflaumenmus

Guten Appetit