

## Schweinefilet im Speckmantel



Zutaten für 4 Portionen:

480 g Schweinefilet, frisch  
8 Scheiben Schinkenspeck  
Salz und Pfeffer aus der Mühle  
Rapsöl zum Anbraten

### Zubereitung:

Das Schweinefilet waschen und mit einem Küchentuch abtupfen. In 8 gleich große Medallions schneiden, mit Salz und Pfeffer aus der Mühle von beiden Seiten würzen. Mit dem Schinkenspeck umwickeln und in wenig Rapsöl kurz scharf anbraten.

In eine Auflaufform geben und ca. 5 Minuten bei 180 °C weitergaren. Danach aus dem Ofen nehmen und abgedeckt weitere 5 – 10 Minuten ruhen lassen.

Dazu passen hervorragend Gemüse-Kartoffel-Rösti und Kräuterseitlinge in Rieslingrahmsauce.

### Tipp:

Mit einem Zahnstocher oder einem Faden den Speck am Schweinefilet befestigen.

Rezept: Kai-Uwe Moriz und Jan Meyer; Fotos: Anja Frielinghaus