



GEFÜLLTES SCHWEINEFILET, GRATINIERT

 2 Portionen  45 Min.

Zubereitung

1. Zwiebel fein hacken und mit der Knoblauchzehe in einem Topf bei mittlerer Hitze in etwas Wasser andünsten, den Spinat zugeben, unter Rühren auftauen lassen, den Bönsel Kochkäse unterrühren, mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Den Backofen auf 200°C vorheizen.
2. Das Schweinefilet in vier Stücke teilen, in jedes eine Tasche schneiden, von innen und außen salzen und pfeffern. Den Spinat so in die Taschen füllen, dass das Fleisch oben aufklafft und die Füllung gut sichtbar ist.
3. Die Speisestärke mit Milch, Sahne, Tomatenmark, Calvados, etwas Salz und Pfeffer verrühren und in eine Auflaufform gießen. Schweinefiletstücke nebeneinander in die Form setzen und im Backofen ca. 20 bis 25 Minuten überbacken.

TIPP: 100 g Loose Kleiner Bauern-Handkäse in feine Würfel schneiden, mit 2 EL Paniermehl mischen. Schweinefilets mit der Harzer-Paniermehl-Mischung bestreuen und dann überbacken.

Guten Appetit!

Zutaten

200 g Blattspinat, tiefgefroren
1 kleine Zwiebel
200 g Bönsel Kochkäse der Klassiker mit Kümmel
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
Salz, Pfeffer
400 g Schweinefilet
1 gestrichener EL Speisestärke
125 ml Milch (1,5 % Fett)
150 ml Kaffeesahne (4 % Fett)
50 g Tomatenmark
2 EL Calvados

