

OKTOBER

Schweinsfilet mit würzigen Speckfisolen




ZUTATEN


für 5 Personen

- 1 Schweinefilet oder 10 Medaillons

 200 g **würzigen Bauchspeck**
vom **Haberlgut**

- 500 g frische Fisolen

 700 g **Erdäpfel**

 2 EL **Öl** zum Anbraten

 **Salz**

- Eiswürfel
- Kräuter zum Garnieren



ZUBEREITUNG

- Erdäpfel zustellen, Filet in 2 cm breite Medaillons schneiden.
- Die Fisolen putzen, Fäden entfernen und Enden abschneiden, in kochendem Salzwasser bissfest garen, sofort in genügend eiskaltem Wasser abschrecken.
- Speck in dünne Scheiben schneiden und jeweils ein paar Scheiben um einige Fisolen wickeln sodass 10 Speckfisolen-Bündel entstehen.
- Die Päckchen in wenig Öl sanft anbraten und warm stellen.
- Die Medaillons im würzigen Bratensatz der Fisolen anbraten, das Fleisch muss nicht gewürzt werden - der Speck sorgt für genug Aroma. Die Medaillons nach Wunsch rosa- oder durchbraten, dann rasten lassen.
- Speckfisolen, Medaillons und Kartoffeln mit ein paar Kräutern anrichten.

Die gekennzeichneten Zutaten sind in der DorfLadenBox Mondsee und im regionalen Handel erhältlich!



Dieses und weitere Rezepte unserer Direktvermarkter findet ihr auf unserer Website naturpark-bauernland.at/rezepte

VON NATURPARK-
DIREKTVERMARKTERIN

LENA LANGWALLNER
VOM HABERLGUT IN ZELL AM MOOS