



# Schweinefilet mit Spargel im Schinkenmantel und Sauce Choron

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Was für ein tolles Bild, naturbelassen, „stimmig - köstlich“

## Zutaten

- 700 g Schweinefilet
- 1 Tl Butterschmalz zum Braten
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für den Spargel im Schinkenmantel:
- 20 Stangen weißer oder grüner Spargel
- 20 kleine, hauchdünn geschnittene Scheiben Knochenschinken
- 1 El Butter zum Braten
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für die Sauce Choron:
- 3 - 4 Eigelbe (nach Größe)
- 250 g Butter,
- 2 kleine Schalotten, fein gewürfelt
- 5 EL Wasser
- 5 EL Estragon Essig
- Etwas frischer Estragon
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 6 -8 Pfefferkörner, gestoßen
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 30 g Tomatenmark,
- Salz, Pfeffer oder Cayenne

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Schweinefilets:

## **Schritt2**

Zunächst die Filets etwas parieren, von der dünnen äußeren Haut befreien.

## **Schritt3**

Die Filetspitze leicht in unteren Viertel einschneiden und zum dicken Ende einklappen, mit Küchengarn binden.

## **Schritt4**

(Das hat den Vorteil, dass es gleichmäßig brät, gart)

## **Schritt5**

Salzen, pfeffern und in Butterschmalz rund herum anbraten, Farbe nehmen lassen. Für ca. 12 min. in den auf 160 ° c vorgeheizten Backofen schieben, zwischendurch wenden. Danach prüfen, rosa halten, nicht trocken braten.

## **Schritt6**

Der Spargel im Schinkenmantel:

## **Schritt7**

Den Spargel herkömmlich schälen, (auch den Grünen, denn der ist im unteren Viertel oft etwas holzig).

## **Schritt8**

In kochendem Salzwasser mit einer Prise Zucker "bissfest" kochen, heraus fangen und auf Küchentrepp ablaufen und abkühlen lassen.

## **Schritt9**

Danach im zugeschnittenen Schinken einhüllen und in brauner Butter Stange für Stange heraus braten.

## **Schritt10**

Die Choron Sauce:

## **Schritt11**

Die Butter erhitzen, einmal "aufstoßen lassen, zurück ziehen, die Molke etwas absetzen lassen. Gern lasse ich sie etwas bräunen; das ergibt einen schönen "nussigen" Geschmack.

## **Schritt12**

Die Reduktion:

## **Schritt13**

Die gehackte Schalotte, den Essig, Wasser, Pfefferkörner und frischen, gezupften Estragon

aufkochen und etwas auf ca. 3 Esslöffel reduzieren lassen, danach durch ein Küchensieb auf die Eigelbe passieren.

#### **Schritt14**

Mit dem Schneebesen auf einem heißen Wasserbad cremig aufschlagen; die Eigelbe gut "ausgaren", denn nur so können sie Ihre Bindefähigkeit entwickeln.

#### **Schritt15**

Zunächst Tropfenweise die zerlassene Butter unterrühren, danach und wenn die Bindung gut ist, etwas größere Mengen dazu geben.

#### **Schritt16**

Immer etwas kaltes Wasser (2 - 3 Esslöffel) zur Hand haben um es bei "Überfettung" (Wenn zu glänzen beginnt) dazu geben zu können. Nicht zu heiß oder zu kalt werden lassen, könnte zur Gerinnung führen. (Ca. 80° C ist die richtige Serviertemperatur')

#### **Schritt17**

Zum Schluss das Tomatenmark (Ich nehme auch gern einen guten Ketsup) unterrühren und pikant nachschmecken.

#### **Schritt18**

#### **Schritt19**

Anrichtevorschlag:

#### **Schritt20**

Die Schweinefilets in 1/2 cm dicke Tranchen schneiden und auf dem tollen Spargel im Schinkenmantel auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die feine Choron Sauce drum herum geben.

#### **Schritt21**

Dazu schmecken mir junge, in Kräuterbutter geschwenkt Kartoffeln.

**Rezeptart:** Schweinefleisch **Tags:** Sauce Choron, schweinefilet, stimmig - köstlich

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/schweinefilet-mit-spargel-im-schinkenmantel-und-sauce-choron/>