

Schweinefilet mit Orange und Zimt

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Schweinefilet
- Salz schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 EL Olivenöl
- 50 g weiße Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Tomatenmark
- 50 ml roter Portwein
- 50 ml trockener Rotwein
- ¼ kleine Bioorange
- ½ Zimtstange
- ¼ Aubergine
- ½ TL eingelegte grüne Pfefferkörner (aus dem Glas), abgetropft
- 75 g saure Sahne oder Schmand



Gemüse:

- 50 g Karotte
- 50 g Knollensellerie
- 50 g Pastinake
- 1 kleine rote Zwiebel
- 1 TL Olivenöl
- ¼ rote Chilischote
- 1 Prise Zucker
- Salz schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Rotes Pesto:

- 250 g Tomaten in Öl
- 150 g Parmesan, gerieben
- 100 g Pinienkerne
- 2 EL Ketchup
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer aus der Mühle
- ¼ Teelöffel geräuchertes Paprikapulver
- 0,2 l gutes Olivenöl



Zubereitung:

Fleisch in 4 cm große Würfel schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fleischwürfel in einer Pfanne im heißen Olivenöl rundum anbraten. Zwiebel und Knoblauchzehe schälen, klein würfeln, in die Pfanne geben und mitbraten. Tomatenmark einrühren und kurz anrösten. Mit Portwein und Rotwein ablöschen und aufkochen. Orange in Scheiben schneiden und mit der Zimtstange zugeben. Abdecken und 60 Minuten sanft schmoren lassen.

Nach der Hälfte der Garzeit die Aubergine putzen, waschen, in 2 cm große Würfel schneiden und mit den Pfefferkörnern dazugeben. Zum Schluss nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Zimtstange entfernen.

Karotte, Sellerie, Pastinake und Zwiebel schälen, in etwa 1 cm große Würfel schneiden und in einer Pfanne im Olivenöl unter gelegentlichem Rühren anbraten. Chilischote entkernen, waschen, in Ringe schneiden, zugeben und alles unter gelegentlichem Rühren 3–4 Minuten bissfest garen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Pesto alle Zutaten mit einem Pürrierstab oder Mixer zur eine geschmeidigen Masse zerkleinern, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schweinefilet-Ragout auf Teller verteilen, je einen Klecks saure Sahne auf die Portionen geben, das Gemüse dazu geben, mit einem Löffel Pesto vollenden und servieren.