

## Schweinefilet im Ganzen gebraten



Menge	Zutaten	Zubereitung
1	Schweinefilet	Schweinefilet aus dem Kühlschrank nehmen und mindestens eine halbe Stunde auf Zimmertemperatur temperieren. Sehnen und Haut sauber entfernen und zur Seite legen, Filetspitze einschlagen und festbinden!
2	Knoblauchzehen	Putzen und in Scheiben schneiden
Je ein Zweig	Rosmarin und Thymian frisch	Bereit legen
2 EL	Öl	Öl stark erhitzen und das ungewürzte Filet von allen Seiten kräftig anbraten, auf eine Alufolie legen, würzen, mit Kräutern, Knoblauch und Speck belegen und <b>bei 160° C 20- 30 Minuten</b> (je nach Dicke des Filets und gewünschtem Garpunkt)im Backrohr fertig garen.
	Pfeffer, Salz	
2- 3 Scheiben	Speck	
1/8 l	Weißwein oder Wasser	Abgeschnittene Reste und etwas Knoblauch und Speck in die Pfanne geben und mit anbraten, mit Wasser oder Wein aufgießen, Bratensatz lösen und mit Senf und Brühekörnern würzen, Flüssigkeit etwas einreduzieren lassen, abgießen, binden und mit dem Creme Fraiche verfeinern. Fertiges Filet aus dem Backrohr nehmen und etwas ruhen lassen. Bratensaft zur Soße geben, Fleisch in dünne Scheiben schneiden und sofort anrichten.
1 TL	Dijon Senf	
½ TL	Brühekörner	
1 EL	Soßenbinder	
2 EL	Creme Fraiche	