

Schweinefilet im Blätterteig

Dampfbackofen

Zutaten für 4 Personen

Siemens: 4D-Heißluft 180 °C - Dampf gering - Kerntemperatur 62° oder 30 Min

Miele: Kombigaren - Heißluft 180°C - Feuchte 40 % - Kerntemperatur 62° oder 30 Min.

Zutaten:

1 Schweinelende
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Kräutersalz
1 Pack. Blätterteig
frische Kräuter mit etwas Olivenöl
oder evtl. etwas Pesto

Zubereitung:

Lende säubern und trockentupfen dann mit Salz u. Pfeffer würzen.

Den kalten Blätterteig ausrollen und mit etwas Olivenöl beträufeln, darauf frische Rosmarin.- Thymian.- , oder Salbeiblätter legen. Ersatzweise kann auch eine dünne Schicht Pesto darauf gestrichen werden.

Die gewürzte Lende auf die Blätterteigfläche legen und damit einrollen.

Die Schweinelende nun auf ein leicht gefettetes und gelochtes Blech legen und bei obiger Einstellung für ca 30. Min garen.

