Mit Macadamianüssen gefülltes Schweinsfilet

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	45 Min.
Garzeit	40 Min.
Gerät	Combair-Steam SL ab 2015

Füllung

1 EL Olivenöl

25 g Macadamianüsse, grob gehackt

75 g Ananas, in 1cm grosse Würfel geschnitten

½ Zwiebel, gehackt

3 Knoblauchzehen, gehackt

1 cm Ingwer, fein gehackt

35 g Paniermehl

1 Rosmarinzweig, fein gehackt

½ Ei

Salz und Pfeffer zum Abschmecken

Nüsse, Ananas, Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer in Olivenöl golden anbraten.

Vom Herd nehmen, zum Abkühlen 2 bis 3 Minuten umrühren, dann das Paniermehl, den Rosmarin sowie das Ei hinzufügen und alles gut vermischen.

Schweinsfilet

2 kg Schweinsfilet, à je 500 g

In die Mitte des Filets eine Tasche schneiden und mithilfe eines Löffels die Mischung hineingeben.

Mit Küchengarn das Fleisch fest zusammenbinden.

Marinade

1 EL Olivenöl

2 EL brauner Zucker

2 TL Kreuzkümmel

½ TL chinesisches Fünf-Gewürze-Pulver

Meersalzflocken und Pfeffer zum Abschmecken

Die Marinade aus Olivenöl, braunem Zucker, Kreuzkümmel, dem Fünf-Gewürze-Pulver sowie Meersalz herstellen und damit das Fleisch bestreichen. Auf das Blech geben.

Das Blech in den vorgeheizten Garraum schieben Braten.

Garraum auf 180 °C mit Heissluft mit Beschwaden (vor)heizen

Gargut einschieben

Heissluft mit Beschwaden 180 °C während 40 Min.

Zubehör

Kuchenblech

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	27.01.2020