Schweinemedaillons mit Kruste aus Bacon an Bohnen und Kroketten

Zeit gesamt
1h 5min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Petersilie, frisch	20 g
Toastbrot	2 Scheiben
Zwiebeln, gelb	2 St.
Schweinefilet	600 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Schinkenwürfel	125 g
Crème fraîche	200 g
Geflügelbrühe	200 ml
Essig	1 EL
Kroketten	800 g
Buschbohnen	500 g
Bacon	100 g
Butter	1 EL

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlerer Topf, mittlere Pfanne, große Auflaufform, Sieb, Küchenkrepp

1. Ofen auf 160 °C (Umluft) vorheizen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Toast fein zerreiben. Zwiebeln halbieren, schälen und in Spalten schneiden. Schweinefilet waschen, trockentupfen und in ca. 5 cm dicke Schweinemedaillon-Scheiben schneiden. Salzen und pfeffern.

2. Eine Pfanne bei hoher Stufe erhitzen und Schinkenwürfel darin fettfrei ca. 3 Min. anbraten. In einer Schüssel gebratenen Schinken mit Petersilie, Toast und Pfeffer vermengen.

3. Pfanne erneut auf mittlerer Stufe erhitzen und im Bratenfett Zwiebeln ca. 3 Min. anbraten. Pfanne vom Herd nehmen und mit Crème fraîche, Brühe, Essig, Salz und Pfeffer verrühren.

4. In eine Auflaufform Schweinemedaillons verteilen. Zwiebel-Sauce darübergießen und Schinken-Toast-Masse auf den Medaillons verteilen, leicht festdrücken. Schweinemedaillons im Ofen ca. 15 Min. garen.

5. Kroketten auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen. Ofentemperatur auf 180 °C (Umluft) erhöhen und Kroketten weitere ca. 15–20 Min. mitbacken.

6. In einem Topf ca. 2 l Salzwasser aufkochen. Bohnen waschen, Enden entfernen und im siedenden Salzwasser ca. 5 Min. garen. In ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken.

7. Bohnen in Portionen teilen, jeweils eine Portion mit einer Baconscheibe bündeln. Pfanne säubern und mit Butter auf hoher Stufe erhitzen. Speckbohnen darin ca. 5 Min. rundherum braten. Mit Kroketten, Schweinemedaillons und der Sauce servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1004 kcal
Kohlenhydrate	86 g
Eiweiß	56 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	46 g