

# Schweinefilet in Senfkruste mit Risotto



## Zutaten

für 4 Personen

### Filet:

800 g Schweinefilet  
1 EL Dijon-Senf  
2 EL körniger Senf  
2 Knoblauchzehen  
3 EL Olivenöl  
1 EL Rosmarin (getrocknet)  
Salz  
Pfeffer

### Risotto:

1 Zwiebel  
10 g Butter  
200 g Risotto-Reis  
2 dl Weisswein  
4 dl Bouillon  
100 g geriebener Parmesan  
Salz  
Pfeffer

## Und so wird's gemacht

### Schweinsfilet

Zuerst das Schweinefilet waschen und trocken tupfen, ggfs. überschüssiges Fett entfernen. Parallel dazu den Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze (Umluft: 160 °C) vorheizen.

In einer Schüssel die beiden Senfsorten vermischen. Knoblauchzehen schälen und mit einer Knoblauchpresse hinzugeben, zwei Esslöffel Olivenöl sowie Rosmarin hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Gründlich verrühren und zur Seite stellen.

Nun den letzten Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen und das vorbereitete Fleisch rundherum für 3 Minuten goldbraun anbraten. Anschliessend mit einem Kochpinsel die Senfpaste auf dem gesamten Schweinefilet verteilen.

Jetzt legst du das Fleisch in eine ofenfeste Pfanne oder einen Bräter und gibst auch den Bratensud vom Anbraten mit dazu.

In den Ofen schieben und für 15 Minuten garen. Wenn du ohne Anschneiden feststellen willst, ob dein Schweinefilet durch ist, hilft dir ein Bratenthermometer. Sobald die Kerntemperatur bei 60 °C liegt, ist das Fleisch zart rosa.

Sobald das Filet fertig ist, nimm es heraus und lass es 3 Minuten auf der Arbeitsfläche ruhen.

### Risotto

Zwiebel schälen und hacken.

Zwiebel in etwas Butter bei mittlerer Hitze andünsten.

Reis dazugeben. Unterrühren mitdünsten, bis er glasig wird.

Mit Wein ablöschen und einkochen lassen.

Etwas heisse Bouillon dazugiessen und erneut einkochen lassen.

Unter Rühren nach und nach gesamte Bouillon abzugiessen.

Ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis sämig ist, aber noch etwas Biss hat.

Restliche Butter darunter rühren. Die Hälfte des Käses darunter rühren.

Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Risotto anrichten. Mit restlichem Käse dazu servieren.