

Kochen

Martin Gehrlein

Dienstag, den 21.07.2020

Pappardelle mit Zitronensoße, Erbsen und Schweinefilet Für 4 Personen

Zutaten

Für das Schweinefilet

600 g Schweinefilets
 Salz
 Pfeffer
 3 EL Butterschmalz
 2 EL Sonnenblumenkerne
 3 Stiele Salbei
 4 Scheiben Schinken, dünn, Schwarzwälder- oder
 Parma-Schinken

Für die Nudeln

200 g Erbsen, frisch, ausgelöst (ca. 400 g in
 Schoten) oder TK
 1 Lauchzwiebel
 1 Biozitrone
 1 EL Butter
 100 ml Gemüsebrühe
 100 g Sahne
 Salz
 Pfeffer
 0,5 Bund Zitronenmelisse
 500 g Pappardelle, frisch aus dem Kühlregal oder getrocknete Ware



Zubereitung

1. Schweinefilets putzen und evtl. von Fett und Sehnen befreien. Filets quer in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
2. Butterschmalz in einer ofenfesten Pfanne portionsweise erhitzen. Die Filets darin von beiden Seiten jeweils ca. 3 Minuten braten. Im Backofen bei 100 Grad warm stellen.
3. Inzwischen für die Soße Erbsen abbrausen und abtropfen lassen. Lauchzwiebeln putzen und fein schneiden. Zitronenschale abreiben. Zitrone halbieren und den Saft auspressen.
4. Butter in einem Topf erhitzen. Lauchzwiebeln darin andünsten. Erbsen zugeben und ca. 4 Minuten dünsten.
5. Brühe und Sahne unterrühren und aufkochen lassen. Zitronensaft und Schale zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Pappardelle in Salzwasser nach Packungsanleitung garen.
7. Fleisch aus der Pfanne nehmen und weiter warm stellen.
8. Sonnenblumenkerne hacken. Salbeiblätter von den Stielen zupfen. Im Bratfett der Filets mit den Sonnenblumenkernen kurz schwenken.
9. Zitronenmelisse abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.
10. Nudeln abgießen und abtropfen lassen. Nudeln sofort mit der Soße mischen. Mit den Filets und der Salbei-Sonnenblumenkern-Mischung anrichten. Den Schinken grob zerzupfen. Mit der Zitronenmelisse auf dem Fleisch bzw. Nudeln anrichten und sofort servieren.