

MEDAILLONS MIT PORTWEINBUTTER

Marinieren: ca. 3 Std. Vor- und zubereiten: ca. 20 Min. Niedergaren: ca. 40 Min.
Vorbereiten: Fleisch ca. 30 Min. vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen.
Ofen auf 80 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.

8 Schweinsmedaillons (je ca. 80 g)

Portwein-Marinade

- 1 Esslöffel **grobkörniger Senf**
- 1 Esslöffel **Sonnenblumenöl**
- 2 Esslöffel **roter Portwein**
- wenig **Pfeffer**

alles gut verrühren, Fleisch damit bestreichen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 3 Std. marinieren. Marinade abstreifen

Bratbutter zum Anbraten

in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Fleisch rundum ca. 4 Min. anbraten

- ½ Teelöffel **Salz**, wenig **Pfeffer**

Fleisch würzen, auf die vorgewärmte Platte legen

Niedergaren: ca. 40 Min. in der Mitte des vorgeheizten Ofens.
(Kerntemperatur: 60–65 Grad. Warm halten: ca. 30 Min. bei 60 Grad)

Portweinbutter

- 100 g **Butter**
- 1 dl **roter Portwein**
- 1 Esslöffel **Zucker**

- 1 Teelöffel **grobkörniger Senf**
- ½ Teelöffel **Salz**

in einer Schüssel weich rühren

in einer Pfanne auf ca. 2 Esslöffel einköcheln, nur kurz abkühlen, mit der Butter gut verrühren

darunter mischen

salzen, bis zum Servieren zugedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen (siehe Tipps S. 116). Butter evtl. kurz vor dem Servieren nochmals durchrühren

Lässt sich vorbereiten: Gewürzbutter 1 Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt kühl stellen. Ca. 1 Std. vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen.

Pro Person: 28 g Fett, 27 g Eiweiss, 4 g Kohlenhydrate, 1603 kJ (383 kcal)

