

<b>Kartoffel-Rauke-Pürree mit Medaillons</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kartoffeln schälen, waschen und zerkleinern. In 3/8 l Wasser mit Brühe ca. 20 Minuten zugedeckt kochen</li> <li>• Kerne goldbraun rösten. Knoblauch schälen, hacken. Rauke putzen, waschen und grob hacken. Filet in ca. 12 dünne Medaillons schneiden. In 1-2 EL heißem Öl pro Seite 2-3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen</li> <li>• Kartoffeln abgießen, Brühe auffangen. Kartoffeln zerstampfen. 5 EL Öl und so viel Brühe unterrühren, bis die Masse sämig ist. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Knoblauch und Rauke unterheben. Mit den Medaillons anrichten. Mit Pinienkernen bestreuen und mit Oliven und Kapernäpfeln garnieren</li> </ul>		<b>Zutaten für 4 Portionen:</b> 1 kg Kartoffeln 1 TL Gemüsebrühe (Instant) 2 EL (30 g) Pinienkerne 1 Knoblauchzehe 100 g Rauke oder Petersilie 400-450 g Schweinefilet 6-7 EL Olivenöl Salz, Pfeffer, Muskat Oliven und Kapernäpfel
Arbeitszeit: ca. 30 Min. Kochzeit: ca. 30 Minuten		