

WILDSCHWEINMEDAILLONS IN BALSAMICO-SAHNE AN GRÜNEN BOHNEN



Vorbereitung 10 Minuten, Kochzeit 20 Minuten



Zutaten für 4 Personen:

600 g Kartoffeln, 20 g frische Petersilie, 400 g grüne Bohnen, 300 g Schlagsahne, 600 g Wildschwein-Filet, 6 EL Olivenöl, 6 EL Aceto Balsamico, Pfeffer, Salz, Zucker, Paprikapulver.



Zubereitung:

1. Kartoffeln schälen und in 1-2 cm große Würfel schneiden. Bohnen waschen und in ca. 1-2 cm kurze Stücke schneiden. Topf mit Wasser zum Kochen bringen, Salz hinzufügen und Kartoffeln ca. 4 Min. im Salzwasser garen. Bohnen dazugeben und alles ca. 5 weitere Minuten garen. Anschließend abgießen und ausdampfen lassen.
2. Inzwischen Wildschweinfilet ggf. in 3-4 cm dicke Scheiben oder Stücke schneiden und von beiden Seiten salzen. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Fleisch darin ca. 1-2 Min. von jeder Seite scharf anbraten. Bratensatz mit 6 EL Balsamicoessig ablöschen, kurz einköcheln lassen.
3. Anschließend mit Sahne ablöschen und aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und ca. 5-6 Min. köcheln lassen.
4. Restliches Olivenöl in einer weiteren Pfanne erhitzen und Gemüse ca. 5 Min. knusprig braten. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Gemüsepfanne mit Paprikapulver, Salz, Pfeffer würzen und mit Petersilie verfeinern. Alles zusammen servieren.