



Feierabend-Glück aus der Pfanne: Kartoffel-Spargelgröstel mit Speck

Dieses Kartoffel-Spargel-Gröstel mit Südtiroler Speck und Schweinefilet ist mein liebstes Feierabend-Glück. Die Kombination aus knusprigen Kartoffeln, knackigem Spargel und würzigem Speck erinnert mich an unsere Wanderungen in den Bergen. Es ist bodenständig, ehrlich und in weniger als 30 Minuten fertig.

Kochutensilien

- Pfanne
- Topf

Zutaten

- 800 g kleine Kartoffeln festkochende
- 1 kg weißer & grüner Spargel
- 1 Schweinefilet
- 1 BIO-Zitrone
- 30 g Butter
- 30 g italienischer Hartkäse (Parmesan)
- 9-12 Scheiben Südtiroler Speck oder Parmaschinken
- Olivenöl
- Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Zuerst die Kartoffeln waschen und in Salzwasser ca. 15 Minuten vorkochen, danach abgießen und kurz ausdampfen lassen. In der Zwischenzeit den Spargel schälen und die Enden abschneiden. Den Spargel in ca. 3-4 cm lange Stücke schneiden.

Schweinefilet kurz unter dem Wasser abspülen, mit einem Küchentuch trockentupfen und auf einem Brett vorbereiten, in dem die Sehnen und kleine Fettabschnitte gelöst werden. Dann das Schweinefilet in Medaillons aufschneiden und etwas plattieren.

Die Kartoffeln nun schälen und halbieren. Eine große Pfanne mit Öl und der Butter erhitzen und die Kartoffeln darin knusprig anbraten. Nach ca. 5 Minuten die Spargelstücke in die Kartoffelpfanne geben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Kartoffel-Spargelgröstel in eine vorgewärmte Schüssel geben und im vorgeheizten Backofen warmhalten. Dafür den Backofen auf 100° C Umluft einstellen.

Die Medaillons vom Schweinefilet in einer zweiten Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem Deckel oder Alufolie abdecken und kurz ruhen lassen.



Den Parmesankäse hobeln und nun alles auf den Tellern anrichten. Zuerst das Kartoffel-Spargelgröstel auf die Mitte des Tellers geben. Die Schweinemedallions herum legen und zwischen den Medallions den Parmaschinken legen. Die Parmesanspäne über das Essen streuen und die Schale der BIO-Zitrone zum Schluss etwas verteilen.