

## Gekrätertes Schweinefilet im Speckmantel

Zutaten für: **2 Personen**

1	Stück	Schweinefilet (ca. 600g)
100	g	Bacon in dünnen Scheiben
1	EL	frischen Rosmarin
1	EL	frischen Thymian
1	Stück	Knoblauchzehe
2	EL	Olivenöl
		Meersalz
		schwarzer Pfeffer



Zubereitungszeit ca.: **60 Minuten**

### Zubereitung:

Als Erstes tupft das Schweinefilet mit Küchenpapier trocken und pariert es. Dabei werden Fett und Sehnen so wie Häutchen vom Fleisch entfernt.

Nehmt ein großes Schneidebrett zur Hand und hackt den Rosmarin und den Thymian darauf grob durch. Presst den Knoblauch auf das Brett und würzt es kräftig mit Salz und Pfeffer. Die Kräuter und Gewürze sollten gleichmäßig auf dem Brett verteilt sein.

Nehmt nun das Schweinefilet und schlägt die dünne Spitze ein, so dass das Filet durchgehend gleich dick ist. Dadurch erhaltet ihr später einen gleichmäßigen Garpunkt. Rollt nun das Filet über das Brett mit den Gewürzen, bis das Fleisch rundum gleichmäßig mit den Kräutern bedeckt ist.

Legt die Bacon-Scheiben nebeneinander bis ihr eine Bahn habt, welche so breit wie das Schweinefilet ist. Anschließend das Schweinefilet darauf legen und mit dem Bacon einrollen.

Heizt euren Backofen auf 180° Grad Celsius vor.

Erhitzt eine beschichtete Pfanne, gebt das Olivenöl hinein und bratet das Filet von allen Seiten kräftig an. Wenn ihr das Fleisch in die Pfanne legt, achtet darauf, dass die Enden von den Speckstreifen unten in der Pfanne sind und als erstes angebraten werden. Wenn nicht, kann sich der Speck zurückziehen und er hält nicht mehr am Filet.

Sobald das Schweinefilet rundherum schon gebräunt ist, nehmt es aus der Pfanne und wickelt es in Alufolie ein. Verdreht die Enden der Alufolie und steckt einen Kerntemperaturfühler / Kerntemperaturthermometer der Länge nach an der dicksten Stelle in das Fleisch.

Wenn ihr das Schweinefilet in den Ofen schiebt, achtet darauf dass das Ende der Alufolie noch oben zeigt. Dadurch erspart ihr euch eine Menge Putzerei.

Lasst das Fleisch so lange im Ofen, bis es eine Kerntemperatur von 60° Grad Celsius erreicht hat. Dann ist es noch ganz leicht rosa, wunderbar zart und saftig.

Zu dieser Köstlichkeit serviere ich am liebsten ein Kartoffelgratin und Portweinzwiebeln.