

Flottes Filet mit Apfel-Senf-Sosse



Zutaten für 4 Personen:

- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 4 Schweinemedallions à ca 125 g
- 2 EL Öl
- Salz, Pfeffer, Zucker
- 1 TL Mehl
- 200 ml Apfelsaft
- 150 g Rahm
- 2 EL körniger Senf
- 2 EL Butter
- 500 g frische Gnocchi (Kühlregal)

Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch darin von jeder Seite ca. 3 Minuten kräftig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und warm stellen.

Frühlingszwiebeln im heißen Bratfett unter Wenden anbraten. Mehl darüber stäuben, kurz anschwitzen. Mit Apfelsaft und 150 ml Wasser ablöschen und aufkochen.

Rahm und Senf unterrühren, aufkochen und bei schwacher Hitze 3–4 Minuten köcheln. Soße mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Gnocchi darin unter Wenden goldbraun anbraten.

Die Gnocchi mit der Zwiebelsoße vermengen und mit den Medallions anrichten.