

Mein Lieblings-Rezept

SCHWEINEFILET MIT OFENGEMÜSE

ZUTATEN

- 400 g festkochende Kartoffeln
- 3 Zweige Rosmarin
- 6 EL Olivenöl
- 1 Zucchini
- 200 g Kirschtomaten
- 300 g Schweinefilet

ZUBEREITUNG

Kartoffeln schälen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Nadeln vom Rosmarin fein hacken und mit Kartoffeln, 3 EL Olivenöl und Salz mischen. Auf einem Blech mit Backpapier verteilen und im Ofen auf der mittleren Schiene 10 Minuten braten (Unter- und Oberhitze). 1 Zucchini längs vierteln, entkernen und in Stücke schneiden. Salzen und zu den Kartoffeln geben. Weitere 15 Minuten braten. Schweinefilet salzen und in 3 EL Olivenöl 5 Minuten hellbraun anbraten. Zusammen mit den halbierten Tomaten auf das Blech geben und weitere 10 Minuten braten. Gemüse mit Pfeffer würzen, Schweinefilet aufschneiden und servieren.



Peter Schwerdtfeger
Apotheker

