



Dauer: Mittel		
Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hausapotheke		
Vegetarisch		
Saison: Sommer		
Für: 4 Personen		
V Color Cll of Clore II Medica		
Verfasst von: Salzburg Schmeckt, Martina		
Höfelmaier		

# Zutaten

## Hendlfilet

4	Hendlfilets
1	Zwiebel
500 G	Austernpilze
2 EL	Senf
150 ML	Obers
150 ML	Weißwein
150 MI	Brühe

	Salz	
	Pfeffer	
	frische Petersilie	
	Butteschmalz	
Saisonales Gemüse		
CA. 800 G Gemüse, wie Ka	aiserschoten, Kirschtomaten und Brokkoli	
	Rapsöl	
•••••	Salz	
	Pfeffer	

## Zubereitung

#### Hendlfilet

- 1. Backrohr auf 140 °C Ober-/Unterhitze vorheizen
- 2. Hendlfilets salzen und pfeffern.
- 3. Zwiebel fein würfelig und die Austernpilze in feine Streifen schneiden.
- **4.** Die Filets in Butterschmalz von beiden Seiten jeweils ca. 2 bis 3 Minuten anbraten.
- 5. Aus der Pfanne nehmen und im Bratenrückstand die Zwiebeln glasig anbraten.
- 6. Geschnittene Austernpilze dazugeben, unter Rühren anbraten und mit Weißwein ablöschen.
- 7. Einmal kräftig aufkochen lassen und dann Obers, Brühe und Senf dazugeben.
- 8. Hendlfilets hineingeben und alles im Backrohr etwa 15 Minuten ziehen lassen.

Vor dem Servieren geschnittene Petersilie unterrühren und nach Bedarf mit Salz und Pfeffer abschmecken.

#### Saisonales Gemüse

- 1. Brokkoliröschen in Salzwasser bissfest garen.
- 2. Kaiserschoten für 1 bis 2 Minuten in Salzwasser blanchieren, unter kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.
- 3. Die Kirschtomaten vierteln.
- **4.** Die Tomaten in einer Pfanne mit Öl gut durchrösten, dann den Brokkoli und zuletzt die Kaiserschoten hinzugeben.
- 5. Mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken.

Dazu passen Nudeln, Reis oder ein frisches Baguette.