



Gefülltes Schweinefilet mit Ratatouille-Gemüse

Zutaten

- 600 g Schweinefilet
- 100 g Frischkäse
- 1 EL Semmelbrösel
- 1 EL Salbeiblätter
- 6 Slightly leveled tablespoons HERTA Breakfast Bacon
- 50 g Zwiebeln
- 200 g Zucchini
- 300 g Auberginen
- 150 g gelbe Paprikaschoten
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 300 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Spaghetti Napoli
- etwas Salz
- 400 g stückige Tomaten a.d. Dose
- 2 EL schwarze Oliven
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Schweinefilet waschen, trocken tupfen. Seitlich ca. 2 cm längs einschneiden, so dass man das Filet aufklappen kann. Frischkäse mit Semmelbrösel und Salbeiblättchen (gehackt) vermischen und in das aufgeklappte Filet streichen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und zuklappen.
3. HERTA Breakfast Bacon nebeneinander auf einem Bogen Frischhaltefolie auslegen. Das Schweinefilet darauflegen und mit Hilfe der Frischhaltefolie den Speck um das Filet wickeln, gut andrücken.
4. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Zucchini waschen, Blütenansatz abschneiden und erst halbieren dann vierteln und in Scheiben schneiden. Auberginen waschen, Blütenansatz abscheiden und würfeln. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Würfel schneiden.
5. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Das Schweinefilet darin rundum anbraten, herausnehmen und in einer Auflaufform im Ofen ca. 30 Min. fertig garen.
6. Im Bratsatz das Gemüse anbraten. Wasser zugießen. MAGGI Fix für Spaghetti Napoli einrühren, aufkochen lassen und die Tomaten dazugeben. Oliven in Scheiben schneiden und unterrühren. Alles zusammen ca. 15 Min. bei mittlerer Wärmezufuhr garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Schweinefilet in Scheiben schneiden und mit dem Ratatouille Gemüse servieren. Dazu schmeckt Baguette und ein Schmand-Kräuter-Dipp.

Nährwert-Anzeige

 75 Minuten

Kohlenhydrate	17 g
Energie	378 kcal
Fett	14 g
Protein	44 g

⊕ 4 Portionen