

Im ganzen gebratenes Schweinefilet

(ca. 10 Portionen, Hauptgang)

Perfect Cooking

Einfach zum perfekten Ergebnis.



Zutaten

1,2 kg Schweinefilet zugeputzt
Salz, Pfeffer
Olivenöl
Küchengarn

Zubereitet

im Bosch Dampfbackofen

Zubereitung

1

Die Filets wenn nötig zuputzen. Wenn Sie ein gleichmäßig gebratenes Filet wollen, schneiden Sie den Filetspitz ein, klappen ihn um und binden diesen mit einem Küchengarn am Filet fest. Somit haben Sie ein gleichmäßig dickes Stück Schweinefilet. Nun mit Salz und Pfeffer würzen.

2

Braten Sie die Schweinefilets in einer Pfanne auf allen Seiten scharf an, auf allen Seiten etwa 1 Minute.

3

Legen Sie das Fleisch auf den Rost (Gitter) und stellen Sie diesen auf ein Backblech, somit kann das Filet gleichmäßiger garen. Arbeiten Sie nun mit dem Perfect Roast, stecken Sie den Fühler in eines der Filets und garen das Fleisch bei 200 °C Ober/Unterhitze auf 53 °C Kerntemperatur, dies dauert etwa 10 Minuten.

4

Wenn die Filets die Kerntemperatur erreicht haben, schalten Sie den Ofen aus und lassen das Schweinefilet noch ca. 10 Minuten rasten. In dieser Phase sollte die Kerntemperatur vom Fleisch bis ca. 60 °C steigen, somit haben Sie ein perfekt gegartes Schweinefilet.

