

# Kochen mit Klaus

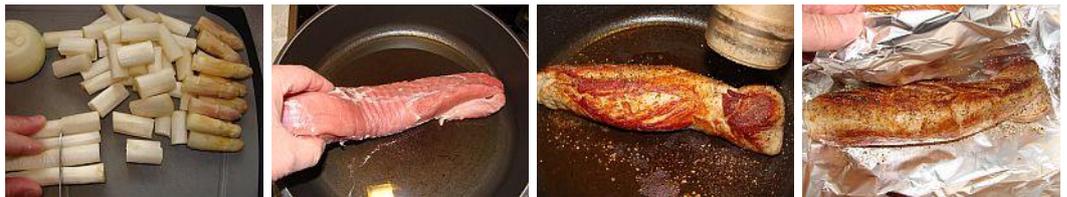
## Schweinefilet mit Spargelrahm

**Zutaten: (Für 3-4 Personen)**

- 500 g Schweinefilet, 500 g weißer Spargel, Salz, Zucker, Zitronensaft,
- 250 ml Cremefine, 150 ml Weißwein, Pfeffer, Öl, 1 Zwiebel,
- 1 Pck. Fix für helle Sauce

**Zubereitung:**

1. Spargel schälen, Enden abschneiden u. in Stücke schneiden. Zwiebel klein würfeln.



2. Filet waschen, trockentupfen u. in heißem Öl rundherum anbraten, salzen, pfeffern, in Alufolie wickeln u. bei 100°C im vorgeheizten Ofen 30 Min. garen lassen.



3. Zwiebeln im Bratfett glasig dünsten, Spargel zugeben u. kurz mitbraten. Mit Cremefine u. Wein ablöschen, helle Sauce einrühren u. einköcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker u. Zitronensaft würzen.



4. Filet entnehmen (Fleischsaft in den Spargel rühren), in Scheiben schneiden u. mit den Beilagen servieren.

**Tipps des Chaoten: Dazu Bärlauch-Reis reichen.**

