

**WEIN
& CO**

weinco.at

IHR NEUES VERRÜCKT-NACH-WEIN- ABO-PAKET IST DA!

Wien, im Juni 2019

Lieber
VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABONNENT!

Mit dem neuen **VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO** sind Sie perfekt für den Sommer gewappnet! Wir haben Ihnen die wichtigsten Informationen zu Ihren Weinen und zu den jeweiligen Regionen und Weingütern bereits zusammengetragen - jetzt liegt es an Ihnen, Ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen, zu welchem Anlass Sie die Weine öffnen. Möglicherweise schon bald mit korrespondierenden Speisen?

- **VERRÜCKT NACH REZEPTEN?**

Auf der Rückseite befinden sich perfekte Rezepte für Ihre Weine, die wir gemeinsam mit HelloFresh für Sie entwickelt haben! Für alle die mehr Zeit mit dem Wein und weniger mit lästigem Einkaufen verbringen möchten, liegt für Sie ein 50 % Gutschein auf Ihre erste Bestellung von HelloFresh bei!

Außerdem erwarten Sie unter weinco.at/verrueckt-nach-wein-abo alle neuen **VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO-SETS!**

Ihr **VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO** zählt selbstverständlich zu Ihrem VinoCard-Jahresbonus. Haben Sie noch Fragen? Sie erreichen uns telefonisch unter 08000 8020 8020 und unter vinocard@weinco.at.

Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen und Genuss mit Ihrem **VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO** - bis zum nächsten Paket!

Herzliche Grüße
Ihr WEIN & CO Team

VORSCHAU

AUF IHR NÄCHSTES
VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO
PREMIUM



Diese Schätze sind bald auf dem Weg zu Ihnen!

VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO **PREMIUM:**

WIENER GEMISCHTER SATZ DAC GRINZING

'18
WIENINGER WIEN
ÖSTERREICH



WIENER GEMISCHTER SATZ DAC

Keine andere Hauptstadt weltweit verfügt über eine derartige Weinbautradition mit einem solchen Stellenwert wie Wien. Seit 2013 wird diesem Umstand mit der Herkunftsbezeichnung DAC Nachdruck verliehen.



Fritz Wieninger

FRITZ WIENINGER

Dass auch eine Hauptstadt großen Wein hervorbringen kann, beweist Fritz Wieninger eindrucksvoll. Es sind vor allem heimische Sorten, die unter den Händen des Wiener Winzers aus Stammersdorf zu international renommierten Weinen werden. Allen voran steht natürlich der berühmte Wiener Gemischte Satz, bei dem im Unterschied zur Cuvée mehrere Rebsorten gemeinsam ausgepflanzt, geerntet und verarbeitet werden.



Nehmen Sie sich ein Stück Wien mit nach Hause. Der Wiener Gemischte Satz DAC von den besten Lagen aus Grinzling ist ein echtes Unikat. Verspielt, aber beständig. Vielfältig und dennoch stimmig. Ein Wahrzeichen wie das Wiener Riesenrad.

Art. Nr. 50001861.2018

SÄURE



MINERALITÄT



REIFE



ALKOHOL



FRUCHT



RESTZUCKER



REBSORTE
GEMISCHTER
SATZ



STIL
FRÜCHTIG
& AROMATISCH



ALKOHOL
12,5 %



AUSBAU
STAHLTANK



TRINKREIFE
2021



Zitronige Pasta mit Zuckerschoten, Babyspinat und selbst gemachten Knoblauchbröseln



50%

Rabattcode*:

HR19

*Nur für Neukunden

Zutaten | 4P

- Knoblauchzehe 2
- Semmelbrösel 50 g
- Hartkäse ital. Art 80 g
- Spaghetti 500 g
- Lauch 1 (groß)
- Zitrone 2
- Butter 80 g
- Crème fraîche 300 g
- Gemüsesuppe 100 ml
- Zuckerschoten 200 g
- Babyspinat 100 g
- Öl für Schritt 1 2 EL
- Salz, Pfeffer nach Geschmack

Durchschnittliche Nährwerte pro 100g

- Brennwert 939 kJ/225 kcal
- Fett 11 g
davon ges. Fettsäuren 6 g
- Kohlenhydrate 25 g
davon Zucker 3 g
- Eiweiß 6 g
- Salz 1 g

Zubereitung

1. Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher. **Knoblauch** abziehen und **Hartkäse** fein reiben. In einer großen Pfanne **Öl** bei mittlerer Stufe erhitzen, die Hälfte des **Knoblauchs** dazupressen, **Semmelbrösel**, die Hälfte des geriebenen **Hartkäses** zugeben und 1 – 2 Min. unter Rühren rösten, bis die **Knoblauchbrösel** goldbraun sind. Aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.
2. Währenddessen in einem großen Topf reichlich heißes **Wasser** zum Kochen bringen. Salzen und **Spaghetti** darin 10 – 12 Min. bissfest garen. **Spaghetti** nach Ende der Kochzeit abgießen.
3. **Lauch** längs halbieren, ausspülen und in feine Streifen schneiden. Schale der **Zitrone** heiß abwaschen und abreiben. **Zitrone** halbieren, eine Hälfte auspressen und Rest in Spalten schneiden.
4. In einer zweiten großen Pfanne **Butter** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Lauchstreifen** zugeben und 2 – 3 Min. anbraten. Restlichen **Knoblauch** dazupressen und **Zitronensaft** dazugeben, weitere 3 Min. anbraten. **Crème fraîche** mit **Gemüsesuppe** glatt rühren, die restliche Hälfte des **Hartkäses** dazugeben. **Crème-fraîche-Mischung** in die Pfanne geben und ca. 4 Min. einköcheln lassen.
5. 75 ml Pastakochwasser zur **Soße** in die Pfanne geben und 2 – 3 Min. köcheln lassen. In der Zwischenzeit **Zuckerschoten** in der Mitte schräg halbieren, in die **Soße** geben und ca. 2 Min. mitkochen. **Soße** mit 1/2 EL **Zitronenabrieb**, **Salz**, **Pfeffer** und 1 Prise **Zucker** abschmecken.
6. Nach der Kochzeit **Soße** mit **Pasta** im Topf mischen und **Babyspinat** unterrühren. **Pasta** auf Teller verteilen, mit **Knoblauchbröseln** und etwas **Zitronenabrieb** toppen und genießen!

Guten Appetit!

VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO PREMIUM:

RED CARPET

'17

MARKOWITSCH CARNUNTUM
ÖSTERREICH



CARNUNTUM

Bereits die Römer wussten die Region am rechten Donauufer zu schätzen. Mit der Donau im Norden und dem Neusiedlersee im Süden entstehen auf den Lehm-Schotter-Böden gehaltvolle und dennoch elegante Weine.



Gerhard Markowitsch

MARKOWITSCH

Mit kraftvollen mächtigen Rotweinen wurde er bekannt – seine Weißweine stehen ihnen jedoch um nichts nach. Gerhard Markowitsch zählt zu den Großen in der Region Carnuntum, seine Weine erregen weltweit Aufmerksamkeit.



Red Carpet ist Carnuntum-Glamour für Zuhause! Diese samtig-weiche Cuvée aus Zweigelt, Blaufränkisch und St. Laurent darf schließlich auf keinem roten Teppich fehlen.

Art. Nr. 5006773.2017

SÄURE	☞☞☞☞
MINERALITÄT	☞☞☞☞
REIFE	☞☞☞☞
ALKOHOL	☞☞☞☞
FRUCHT	☞☞☞☞
RESTZUCKER	☞☞☞☞

 REBSORTE CUVÉE ROT	 STIL AROMATISCH & FRUCHTIG	 ALKOHOL 13,0 %	 AUSBAU GROSSES HOLZFASS	 TRINKREIFE 2024
---	---	--	--	---



Tarte mit Lauch & Champignons, dazu ein frühlingshafter Gurken-Radieschen-Salat



Zutaten | 4P

- frischer Blätterteig 2
- Crème fraîche 300 g
- mitterscharfer Senf 20 ml
- braune Champignons 200 g
- Lauch 2
- Honig 16 g
- geriebener Cheddar 100 g
- Radieschen 400 g
- Gurke 2
- süßer Senf 30 ml
- Petersilie/
Schnittlauch 10 g
- Salz, Pfeffer nach
Geschmack

Durchschnittliche Nährwerte pro 100g

- Brennwert 723 kJ/173 kcal
- Fett 13 g
davon ges. Fettsäuren 7 g
- Kohlenhydrate 10 g
davon Zucker 3 g
- Eiweiß 4 g
- Salz 1 g

Zubereitung

1. Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor. **Champignons** in dünne Scheiben schneiden, **Lauch** längs halbieren und in 0,5 cm breite Streifen schneiden. 1 EL [11/2 EL | 2 EL] **Crème fraîche** in eine große Schüssel geben, restliche **Crème fraîche** in einer kleinen Schüssel mit süßem **Senf**, **Salz** und **Pfeffer** vermischen.
2. **Blätterteig** auf einem Backblech ausrollen, mit **Senfcreme** bestreichen, dabei 1 cm am Rand frei lassen. **Champignonscheiben** und **Lauchstreifen** darauf verteilen. Anschließend mit **Cheddar** bestreuen und 15 – 20 Min. backen. In der Zwischenzeit den **Salat** vorbereiten.
3. **Gurke** in dünne Scheiben schneiden, **Radieschen** vierteln, **Petersilienblätter** fein hacken und **Schnittlauch** in dünne Röllchen schneiden.
4. In der großen Schüssel aus der restlichen **Crème fraîche**, **mittelscharfem Senf**, **Honig**, **Salz** und **Pfeffer** ein **Dressing** anrühren. Die Hälfte der **Kräuter** untermischen.
5. **Gurkenscheiben** und **Radieschenviertel** kurz vor dem Servieren unter das **Dressing** rühren.
6. Tarte aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen, in Stücke schneiden und mit dem **Gurken-Radieschen-Salat** genießen.

Guten Appetit!

VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO PREMIUM:

AIX ROSÉ

'18

MAISON SAINT AIX PROVENCE
FRANKREICH



CÔTES DE PROVENCE

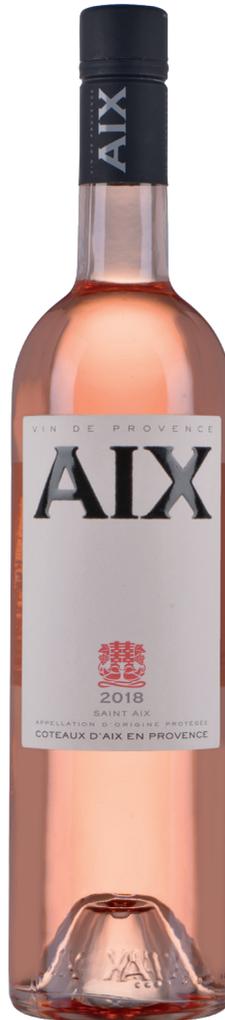
Die Provence ist eine Region mit großer römischer Vergangenheit. Überwiegend wird in dieser malerischen Appellation im Südosten Frankreichs heller Rosé vinifiziert. Hauptrebsorten hierfür sind Syrah, Cabernet Sauvignon, Grenache, Cinsault und Mourvèdre.



Provence

MAISON SAINT AIX

Das 130 Jahre alte Weingut nordöstlich von Aix-en-Provence auf einem Plateau in 420 Metern Seehöhe ist spezialisiert auf die Herstellung von Rosé. Das Klima in der AOP Coteaux d'Aix-en-Provence ist geprägt von warmen Tagen und kalten Nächten sowie vom Mistral, der den Morgentau von den Reben bläst. Damit eignet es sich perfekt für den Anbau der Grenache-, Syrah- und Cinsault-Reben, die den Wein für den AIX Rosé liefern.



AIX steht für Frische, kühle Brisen, leidenschaftliche Sommer und das Salz auf der Haut. Idealer Aperitif, wenn die Tage wärmer werden und die Abende nicht enden wollen. Klassische Cuvée aus Grenache, Syrah und Cinsault.

Art. Nr. 50006754.2018

SÄURE	4
MINERALITÄT	3
REIFE	4
ALKOHOL	4
FRUCHT	4
RESTZUCKER	2

REBSORTE
CUVÉE
ROSÉ

STIL
FRUCHTIG &
ERFRISCHEND

ALKOHOL
13,0 %

AUSBAU
STAHLTANK

TRINKREIFE
2023



Buntes Ofengemüse mit Halloumi, Avocado und selbst gemachtem Petersilien-Chimichurri



50%
Rabattcode*:
HR19
*Nur für Neukunden

Zutaten | 4P

- Süßkartoffel 2
- rote Zwiebel 2
- Tomate 2
- Petersilie 20 g
- Avocado (Hass) 2
- Knoblauchzehe 1
- rote Chilischote 1
- gemahlener Kumin 2 g
- Zitrone 1
- Halloumi 500 g
- (Oliven-)Öl für Schritt 4 und 5 je 2 EL
- Salz, Pfeffer nach Geschmack

Durchschnittliche Nährwerte pro 100g

- Brennwert 618 kJ/148 kcal
- Fett 9 g
davon ges. Fettsäuren 4 g
- Kohlenhydrate 11 g
davon Zucker 11 g
- Eiweiß 6 g
- Salz 1 g

Zubereitung

1. Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/ Unterhitze (200 °C Umluft) vor. **Süßkartoffel** schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. **Rote Zwiebel** abziehen, halbieren und in ca. 1 cm breite Spalten schneiden.

2. **Süßkartoffelwürfel** und **Zwiebelspalten** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit einer Prise **Salz** und **Pfeffer** würzen. Auf der mittleren Schiene im Backofen für ca. 25 Min. backen, bis die **Süßkartoffelwürfel** weich sind.

3. **Tomaten** halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälften** in Spalten schneiden und in eine große Schüssel geben. Blätter der **Petersilie** abzupfen und feinhacken. **Avocado** halbieren, Kern entfernen, **Fruchtfleisch** herauslösen und in kleine Würfel schneiden. 1/2 EL gehackte **Petersilie** und **Avocadowürfel** zu den **Tomaten** geben und beiseitestellen.

4. **Knoblauch** abziehen und fein hacken. **Chili** halbieren, entkernen und **Chilihälften** fein hacken. Restliche **Petersilie** in eine kleine Schüssel mit **Kumin**, gehacktem **Knoblauch** und **Chili** geben. **Zitrone** halbieren. **Saft** von einer **Zitronenhälfte** und **Olivenöl** zugeben und vermischen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

5. **Halloumi** in ca. 3 cm große Würfel schneiden. In einer großen Pfanne **Öl** auf mittlerer Stufe erhitzen und **Halloumiwürfel** rundherum 3 – 4 Min. goldbraun braten.

6. **Süßkartoffelwürfel** und **Zwiebelspalten** in die große Schüssel geben und vorsichtig vermengen. Auf Teller aufteilen, mit **Halloumiwürfeln** toppen und **Petersilien-Chimichurri** darüberträufeln.

Guten Appetit!

CAVA TRESOR RESERVA

PERE VENTURA KATALONIEN
SPANIEN



KATALONIEN

Katalonien liegt auf der Höhe der Toskana, ist im Norden geschützt von den Pyrenäen; in seinem milden mediterranen Klima, das nicht die extremen Gegensätze wie im übrigen Spanien aufweist, reifen weiche, kraftvolle Rotweine heran, ebenso wie intensive Chardonnays und die besten Cavas des Landes.



Katalonien

PERE VENTURA

1992 machte der katalonische Winzer seinen Traum wahr und gründete ein eigenes Weingut, wo er seither in gewissenhafter Handarbeit hochgelobte Cavas produziert. Dabei setzt er auf die traditionellen Cava-Rebsorten Xarel-lo, Macabeo und Parellada, aber auch auf Chardonnay.



Für Spanien-Aficionados ein Muss: von durchschnittlich 15-jährigen Rebstöcken, die auf 340 Metern Seehöhe wachsen, stammt dieser feine Cava, der mit reifer Fruchtaromatik und einem Hauch Honig überzeugt.

Art. Nr. 63542293

SAÜRE



MINERALITÄT



REIFE



ALKOHOL



FRUCHT



RESTZUCKER



REBSORTE
CUVÉE
WEISS



STIL
KOMPLEX &
MINERALISCH



ALKOHOL
11,5%



AUSBAU
MÉTHODE
TRADITIONELLE



TRINKREIFE
2021





Strozzapreti - Pasta mit Spinat-Pesto, Zuckerschoten, Mandeln und Tomaten



50%

Rabattcode*:

HR19

*Nur für Neukunden

Zutaten | 4P

- Zitrone 1
- Hartkäse ital. Art 40 g
- Knoblauchzehe 1
- Tomaten 4
- Mandeln 20 g
- Babyspinat 200 g
- Gemüsesuppe 200 ml
- frische Strozzapreti 500 g
- Zuckerschoten 300 g
- Olivenöl für Schritt 3 8 EL
- Salz, Pfeffer nach Geschmack

Durchschnittliche Nährwerte pro 100g

- Brennwert 589 kJ/141 kcal
- Fett 5 g
davon ges. Fettsäuren 1 g
- Kohlenhydrate 18 g
davon Zucker 2 g
- Eiweiß 2 g
- Salz 1 g

Zubereitung

1. Erhitze **Wasser** im Wasserkocher. **Zitronenschale** abreiben. **Zitrone** halbieren und eine Hälfte in Spalten schneiden. **Hartkäse** fein reiben. **Knoblauch** abziehen.
2. **Tomaten** halbieren, **Kerne** mithilfe eines Teelöffels herauskratzen (die **Kerne** brauchst Du nicht mehr) und jede Hälfte vierteln.
3. In einer kleinen Pfanne, bei mittlerer Hitze die **Mandeln** ca. 2 – 3 Min. anrösten. In einem hohen Rührgefäß die Hälfte vom **Babyspinat**, 1 TL des **Zitronenabriebs**, die Hälfte des **Hartkäses**, **Olivenöl**, **Wasser**, ganze **Mandeln**, **Knoblauch** und 1 EL **Zitronensaft** mithilfe eines Pürierstabs zu einem **Pesto** pürieren. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.
4. Einen großen Topf mit heißem **Wasser** füllen, **Gemüsesuppe** hinzugeben, salzen und aufkochen. Die **Strozzapreti** und die **Zuckerschoten** hinzugeben und für 3 – 4 Min. kochen, bis die **Pasta** al dente und die **Schoten** gar sind.
5. Nach Ende der Kochzeit die **Pasta** durch ein Sieb abgießen, wieder zurück in den Topf geben und vorsichtig mit dem **Pesto**, dem restlichen **Babyspinat** und den **Tomaten** vermengen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.
6. **Pasta** auf tiefen Tellern verteilen, restlichen **Hartkäse** darüberstreuen und mit je einer **Zitronenspalte** garnieren.

Guten Appetit!

VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO PREMIUM:

GRÜNER VELTLINER RIED STEINWAND SMARAGD

'18

RUDI PICHLER WACHAU
ÖSTERREICH



WACHAU

Paradies in weiß – die Wachau! Die Wachau ist ein Paradies, nicht nur für die Menschen, die dort leben, sondern vor allem für Weißwein. Das liegt nicht nur am Wissen und der Erfahrung der Winzer, sondern vor allem an den fantastischen geografischen Bedingungen, mit denen das Donautal zwischen Melk und Krems gesegnet ist.



Rudi Pichler

RUDI PICHLER

Rudi Pichler versteht es wie wenige andere, die Feinheiten der einzelnen Lagen in die Flasche zu bringen. Der Wachauer Winzer aus Wösendorf kelterte sich mit seinen sorten- und lagentypischen Weinen an die Spitze der heimischen Weinszene. Die Basis für diesen Erfolg sieht er ganz klar in Lagen von außergewöhnlicher Qualität. Und derer hat er einige, wie ein Blick auf die Lagenliste zeigt!



Eindrucksvoll und mächtig ist der Grüne Veltliner Steinwand und doch subtil und fein, mit einladender Aromatik, tabakiger Würze und animierenden Grapefruitnoten. Auf steinigem, kargen Wachauer Urgesteinsböden mit leichter Lössauflage gedeihen die Reben optimal und Rudi Pichler versteht es wie kaum ein anderer, ihnen einen Wein abzugewinnen, der mit seiner fulminanten Dichte bleibenden Eindruck hinterlässt.

Art. Nr. 50006798.2018

SÄURE



MINERALITÄT



REIFE



ALKOHOL



FRUCHT



RESTZUCKER



REBSORTE
GRÜNER
VELTLINER



STIL
FRUCHTIG &
KNACKIG



ALKOHOL
13,0 %



AUSBAU
STAHLTANK



TRINKREIFE
2025



Gnocchi-Spinat-Auflauf

in Basilikumcremesoße mit Pinienkernen



Zutaten | 4P

- Zwiebel 2
- braune Champignons 200 g
- Knoblauchzehe 2
- Sauerrahm 300 g
- Gemüsesuppe 100 g
- Gewürzmischung „Hähncheneintopf“ 10 g
Alternativ: Edelsüßer Paprika, Thymian und Liebstöckel
- Bergjausekäse 100 g
- Basilikum 10 g
- Babyspinat 100 g
- frische Gnocchi 1.000 g
- Pinienkerne 20 g
- Öl für Schritt 2 2 EL
- Salz, Pfeffer nach Geschmack

Durchschnittliche Nährwerte pro 100g

- Brennwert 668 kJ/ 160 kcal
- Fett 6 g
davon ges. Fettsäuren 2 g
- Kohlenhydrate 17 g
davon Zucker 3 g
- Eiweiß 5 g
- Salz 1 g

Zubereitung

1. Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor. **Zwiebel** abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. **Champignons** in dünne Scheiben schneiden. **Knoblauch** abziehen.
2. In einer großen Pfanne **Öl** bei mittlerer Hitze erwärmen. **Champignonscheiben** darin 2 – 3 Min. anbraten. **Zwiebelstreifen** zugeben und weitere 2 – 3 Min. mitbraten. **Knoblauch** dazupressen. In der Zwischenzeit die Creme herstellen.
3. In einem hohen Rührgefäß mit einem Pürierstab aus **Sauerrahm**, **Gemüsesuppe**, **Gewürzmischung**, der Hälfte des **Käses** und **Basilikumblättern** eine Creme mixen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.
4. Creme zu den **Zwiebeln** in die Pfanne geben. **Spinat** und **Gnocchi** unterheben, **Pinienkerne** zugeben und alles in eine Auflaufform geben.
5. Restlichen **Käse** auf den Auflauf streuen und für ca. 10 Min. backen!
6. Auflauf aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen, auf Teller verteilen und genießen.

Guten Appetit!

VERRÜCKT-NACH-WEIN-ABO **PREMIUM:**

VINO NOBILE DI MONTEPULCIANO DOCG

'15
POLIZIANO TOSKANA
ITALIEN



Der Vino Nobile besteht zu 70% aus Prugnolo Gentili, einer Form des Sangiovese. Er erfreut mit saftiger Kirschrucht und reichem Körper.

Art. Nr. 50000371.2015

MONTEPULCIANO

An der Grenze zu Umbrien, ganz im Süden der Toskana liegt Montepulciano. Es ist neben dem Montalcino eine weitere markante Region für die Produktion eines „anderen“ Sangiovese. Der erloschene Vulkan Monte Poliziano gibt dem Gebiet seinen Namen, der Sangiovese heißt hier Prugnolo Gentile.



Dottore Federico Carletti

POLIZIANO

Dottore Federico Carletti ist der kluge Kopf hinter dem Weingut Poliziano das zu den bekanntesten und begehrtesten Weingütern in Montepulciano zählt. Barriques sind die Spezialität von Federico, der das Weingut Poliziano vor über 30 Jahren von seinem Vater übernommen hat.

SAÛRE	
MINERALITÄT	
REIFE	
ALKOHOL	
FRUCHT	
RESTZUCKER	

REBSORTE CUVÉE ROT	STIL FRUCHTIG & FACETTENREICH	ALKOHOL 14,5%	AUSBAU BARRIQUE TRINKREIFE 2029



Schweinefilets mit Honig-Thymian-Soße, dazu gebackene Süßkartoffelscheiben und Fisolen



50%

Rabattcode*:

HR19

*Nur für Neukunden

Zutaten | 4P

- Süßkartoffel 2
- Gewürzmischung „Kartoffelknaller“ 2 g
Alternativ: Rosmarin, Knoblauch und Majoran
- Schweinefilet 560 g
- Zwiebel 2
- Fisolen 300 g
- Thymian 10 g
- Knoblauchzehe 2
- Honig 16 g
- Olivenöl für Schritt 1 2 EL
- Öl für Schritt 2 und 4 je 1 EL
- Gemüsesuppe 500 ml
- Butter für Schritt 4 2 EL
- Salz, Pfeffer nach Geschmack

Durchschnittliche Nährwerte pro 100g

- Brennwert 449 kJ/107 kcal
- Fett 3 g
davon ges. Fettsäuren 1 g
- Kohlenhydrate 4 g
davon Zucker 4 g
- Eiweiß 6 g
- Salz 1 g

Zubereitung

1. Heize den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (180 °C Umluft) vor. **Süßkartoffel** schälen und in ca. 1,5 cm breite Scheiben schneiden. **Süßkartoffelscheiben** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (etwas Platz für das **Fleisch** lassen), mit **Olivenöl** beträufeln und mit **Gewürzmischung**, **Salz** und **Pfeffer** würzen.

2. **Süßkartoffelscheiben** auf der mittleren Schiene im Backofen 18 – 22 Min. backen, bis sie weich und goldbraun sind. In der Zwischenzeit **Schweinefilets** auf beiden Seiten mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. In einer großen Pfanne **Öl** stark erhitzen, **Filets** darin je Seite 2 – 3 Min. scharf anbraten und danach beiseitestellen.

3. **Zwiebel** abziehen und in Ringe schneiden. Enden der **Fisolen** abschneiden und **Fisolen** halbieren. Blätter vom **Thymian** abzupfen. **Knoblauch** abziehen. Heiße **Gemüsesuppe** vorbereiten.

4. Erneut in der großen Pfanne **Öl** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Zwiebelringe** darin 2 – 3 Min. andünsten. **Knoblauch** dazupressen, **Thymianblättchen** zugeben und ca. 1 Min. braten, dann mit vorbereiteter **Gemüsesuppe** ablöschen. **Fisolenhälften** zugeben und alles ca. 10 Min. einköcheln lassen, bis die **Fisolen** weich sind. **Honig** und **Butter** unterrühren und **Soße** mit etwas **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

5. Nach ca. 10 Min. der **Süßkartoffel**-Garzeit die angebratenen **Schweinefilets** mit auf das Backblech geben und alles ca. 10 Min. im Backofen fertig garen.

6. **Süßkartoffelscheiben** auf Teller verteilen, **Fisolen** mit **Honig-Thymian-Soße** darübergeben. **Schweinefilets** darauf anrichten und genießen.

Guten Appetit!