



## Schweinefilet in Olivenöl

4 Portionen

600 g Schweinefilet  
2-3 Zweige Thymian  
1 Zweig Rosmarin  
10 Salbeiblätter  
4 Knoblauchzehen  
Salz  
Fleur de Sel  
Pfeffer aus der Mühle  
ca. 500 ml. Olivenöl (evtl. auch deutlich mehr!)

Knoblauch pellen, entkeimen und in Stücke schneiden

Das Schweinefilet in eine längliche Form mit hohem Rand legen (z. B. Terrinenform). Die Kräuter und den Knoblauch zugeben und mit Olivenöl auffüllen, bis alles gut bedeckt ist. Der Verbrauch an Öl hängt entscheidend von der geeigneten Form des Gefäßes ab. Mit Folie abdecken und über Nacht stehen lassen. Für die eigentliche Zubereitung das Fleisch herausnehmen und trocknen, die Form mit dem Öl, den Kräutern und dem Knoblauch bei 80° in den Ofen geben. Das Fleisch salzen und in Butterschmalz scharf anbraten. Es soll rundum schön braun werden. Wenn das Öl im Backofen die Temperatur von 80° erreicht hat (Thermometer!), das Fleisch hineingeben und ca. 35Min garen. Sollte das Fleisch nicht ganz mit Öl bedeckt sein, zwischendurch einmal wenden. Filet herausnehmen, abtropfen lassen und dünn aufschneiden. Auf dem Teller mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen.

Schmeckt hervorragend zu Spargel mit Tomatenvinaigrette!