



## Basilikum-Tomaten-Hollandaise mit Spargel und Medaillons

### Zutaten

- 500 g grüner Spargel
- 1250 ml Wasser
- 0,25 TL Salz
- Etwas Zucker
- 10 g Butter
- 320 g Schweinemedallions
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 1 EL Pinienkerne
- 20 g Tomaten, getrocknet in Öl
- 1 Beutel Maggi Für Genießer Sauce Hollandaise "fettarm"
- 2 EL Parmesan, frisch gerieben
- 2 Stängel Basilikum
- Etwas Pfeffer

### Zubereitung

1. Spargel waschen, evtl. das untere Drittel schälen. 1 l Wasser zum Kochen bringen. Salz, Zucker, Butter zugeben und den Spargel darin ca. 7 Min. bissfest garen.
2. Schweinemedallions waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen, die Medallions darin braten.
3. Für die Basilikum-Tomaten-Hollandaise: Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und herausnehmen. Tomaten in Öl abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden. In einem kleinen Topf MAGGI Für Genießer Sauce Hollandaise fettarm in 250 ml Wasser einrühren, unter Rühren aufkochen und bei geringer Wärmezufuhr 1/2 Min. kochen. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter klein hacken. Pinienkerne, Tomaten, Parmesan und Basilikum unterrühren. Medallions mit Spargel auf Tellern anrichten und die Basilikum-Tomaten-Hollandaise dazu servieren. Dazu schmecken Salzkartoffeln.

#### Nährwert-Anzeige

Energie	451 Kilokalorien
Protein	48 g
Kohlenhydrate	22 g
Fette	19 g

🕒 27 Minuten

⊕ 2 Portionen