

Senf-Miso-Schweinsfilet

Gesamtzeit **73 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit **30 Min.** Kochzeit **3 Min.** Ruhezeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2'010 kJ / 480 kcal

Fett: **18 g** Eiweiss: **36 g**
Kohlenhydrate: **30 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

20 g	Dijon-Senf
10 g	weisse Misopaste
30 ml	<u>Kikkoman natürlich</u> <u>gebraute Sojasauce</u>
320 g	Schweinsfilet
300 g	Süsskartoffeln
30 ml	Olivenöl
4	Zweige frischer Thymian

ZUBEREITUNG

Schritt 1

20 g Dijon-Senf - **10 g** weisse Misopaste - **30 ml**
Kikkoman natürlich gebrauchte Sojasauce - **320 g**

Schweinsfilet

Senf, Misopaste und Kikkoman Sojasauce verrühren. Etwas von der Mischung zum Servieren beiseite stellen, dann das Schweinsfilet mindestens 30 Minuten darin marinieren.

Schritt 2

300 g Süsskartoffeln - **30 ml** Olivenöl - **4** Zweige frischer Thymian

Süsskartoffeln waschen und halbieren. Mit Olivenöl beträufeln, Thymian hinzufügen und auf dem Grill oder in der Grillpfanne ca. 30 Minuten grillieren, bis sie weich sind.

Schritt 3

Das Schweinsfilet von allen Seiten etwa 12–15 Minuten auf dem Grill oder in der Grillpfanne garen. Das Fleisch vor dem Aufschneiden ca. 3 Minuten ruhen lassen. Mit den Süsskartoffeln und der aufbewahrten Marinade als Sauce servieren.