Schweinefilet-Zopf

Dies ist eine andere Idee, ein Schweinefilet auf den Grill zu legen: Das Filet wird längs geteilt und mit Bacon belegt und dann zu einem Zopf verflochten. Dieser macht das Filet knusprig und saftig.

Herkunft: Deutschland
Kategorie: Hauptspeisen, Grillrezepte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 2 Portionen

1 Schweinefilet
6 Streifen Bacon
1 Prise Pfeffer



Schweinefilet-Zopf

Vorbereitung

Vom Filet zunächst noch vorhandene Sehnen und Silberhaut entfernen, dann mittig in Längsrichtung in zwei gleichgroße Hälften teilen. Mit einem Fleischklopfer oder Plattiereisen das Ende des Filekopfes auf die Dicke des restlichen Stückes bringen, dadurch gart das Fleisch gleichmäßiger.
Nun schneiden wir, ausgehend vom Ende des Filekopfes, jedes Stück in drei Streifen. Dabei am Kopfende die Stücke nicht trennen. Jeder Streifen Filet wird nun mit einem Streifen Bacon belegt und beide Stücke werden wie ein Haarzopf verflochten. Nach Geschmack pfeffern.
Einen Grill vorbereiten.

Zubereitung

Beide Zöpfe auf jeder Seite etwa 5 bis 8 Minuten grillen, je nach gewünschtem Gargrad.

© 2026 coquina.de