

# Filet-Steak in Senf-Soße mit Bohnen, Kartoffel-Gratin

## Für 2 Personen

2 Rinderfiletsteaks a 200 g	3 Kartoffeln, mittelgroß	200 g Bohnen, grün
1 Schalotte	2 Zehen Knoblauch	50 g Emmentaler
145 ml Sahne	100 ml Milch	50 g Butter
2 EL Crème double	2 EL Sonnenblumenkernöl	100 ml Weißwein, trocken
50 ml Weinbrand	3 TL Dijon-Senf	4 Zweige Estragon
4 Zweige Bohnenkraut	1 Prise Piment	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Etwas Muskatnuss reiben. Die Milch zusammen mit 100 Millilitern Sahne in einen Topf geben, aufkochen lassen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss würzen. Eine Knoblauchzehe abziehen und damit die Auflaufform einreiben, anschließend die Form noch mit einem Esslöffel Butter einfetten. Die Kartoffelscheiben fächerartig in die Auflaufform legen und mit dem Milch/Sahne-Gemisch begießen. Den geriebenen Emmentaler darüber streuen. Im Backofen 25 Minuten backen. Die Bohnen von den Enden befreien und die Schalotte abziehen und hacken. Diese nun in einem Topf mit einem Esslöffel Butter andünsten und die Bohnen und das Bohnenkraut hinzugeben. Etwas Wasser hinzugeben, alles salzen und zehn Minuten garen. Das Kartoffelgratin aus dem Backofen nehmen. Die Temperatur des Backofens auf 50 Grad reduzieren. Die Rinderfiletsteaks waschen, trocken tupfen und reichlich pfeffern. Das Sonnenblumenkernöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin auf jeder Seite scharf anbraten. Dann leicht salzen und auf jeder Seite (je nach Dicke) etwa fünf Minuten bei schwacher Hitze braten. Anschließend die Pfanne vom Herd nehmen. Den Weinbrand in einer Metallkelle mit dem Feuerzeug erhitzen und über die Filets gießen. Nun den Alkohol in der Pfanne mit einem Streichholz anzünden und ausbrennen lassen. Danach das Fleisch aus der Pfanne nehmen und im Backofen bei 50 Grad warm halten. Nun den übrig gebliebenen Bratensatz mit dem Weißwein ablöschen, zwei Minuten einkochen lassen und alles durch ein Sieb in einen Topf laufen lassen. Die übrige Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Von zwei Zweigen Estragonblättchen abzupfen. Diese zusammen mit der gehackten Knoblauchzehe, dem Piment, dem Senf und dem Salz in die Soße geben und alles erhitzen. Die übrige Sahne und die Crème double anschließend unterrühren. Das Filet mit dem Kartoffelgratin und den Bohnen auf Tellern anrichten und die Soße auf dem Filet verteilen. Abschließend mit Estragonzweigen garnieren.

Sibylle Ewald am 11. November 2009