

Feines Filet-Gulasch und gebratene Kartoffel-Würfel

Für 2 Personen

300 g Rinderfilet, Spitze	400 g Kartoffeln, fest	100 g Champignons, braun
80 g Salzgurken	1 Zitrone, unbehandelt	1 Zwiebel
1 Zweig Rosmarin	1 Bund Petersilie	200 ml saure Sahne
150 ml Weißwein, trocken	1 TL Dijon-Senf	100 g Butter
Salz	Pfeffer	

Den einen Backofen auf 80 Grad, den anderen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Butter anrösten. Einen Zweig Rosmarin dazugeben und für etwa 15 Minuten bei 150 Grad in den Backofen geben. Abschließend salzen und den Rosmarinzweig entfernen. Das Filet waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die Filetstreifen mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und die Filetstreifen darin scharf anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und im Backofen warm halten. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und in der Pfanne mit Bratensatz bei niedriger Temperatur dünsten. Die Champignons in dünne Scheiben schneiden, dazugeben und nur leicht anbraten. Mit dem Weißwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Die saure Sahne dazugeben und eindicken lassen. Die Salzgurken in Streifen schneiden und in der Soße aufkochen lassen. Dann die Hitze reduzieren und einen Teelöffel Senf einrühren. Die Zitrone halbieren, pressen und die Soße mit einigen Tropfen Zitronensaft abschmecken. Die Filetstreifen in die Soße geben und erhitzen. Drei Petersilien-Zweige hacken. Das Filetgulasch zusammen mit den Kartoffeln auf Tellern anrichten, mit der gehackten Petersilie bestreuen.

Dieter Morawietz am 12. November 2009