

Rinder-Filet mit Pariser Kartoffeln

Für 2 Personen

2 Rinderfilets a 200 g	4 Kartoffeln, fest	200 g Champignons, klein
1 Zitrone, unbehandelt	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 Bund Petersilie, glatt	2 TL Butter	250 ml Rinderfond
3 TL Sonnenblumenöl	25 ml Sherry, trocken	Zucker
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und zwei große Teller zum Vorwärmen in den Ofen geben. Die Kartoffeln schälen, mit dem Melonenausstecher kleine Kugeln formen und diese etwa zehn Minuten in Salzwasser garen. Anschließend eine Pfanne mit einem Teelöffel Öl und einem Teelöffel Butter erhitzen, die abgetropften Kartoffelkugeln hineingeben und braun anbraten. Die Champignons putzen und halbieren. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Champignons mit ein wenig Zitronensaft beträufeln. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Ebenfalls ein halbes Bund Petersilie klein hacken. Einen Teelöffel Öl in einem Topf erhitzen und darin die Zwiebel und den Knoblauch hell andünsten. Die Champignons hinzufügen und unter Rühren sechs Minuten schmoren. Anschließend salzen, pfeffern, zuckern und mit dem Sherry ablöschen. Den Topf zudecken und bei geringer Hitze weitere fünf Minuten ziehen lassen. Die Rinderfilets waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten mit grobem Pfeffer bestreuen. Jeweils das übrige Öl und die übrige Butter heiß werden lassen und die Filets bei starker Hitze auf beiden Seiten drei Minuten, scharf anbraten. Abschließend die Filets salzen und für etwa acht Minuten in den Ofen geben. In der Pfanne aus Rinderfond, Salz und Pfeffer den Bratenfond herstellen. Das Ganze auf kleiner Flamme reduzieren lassen. Danach werden die Kartoffeln noch ein wenig gesalzen. Die Rinderfilets auf Tellern anrichten. Die Champignon-Zwiebel-Mischung ein wenig abtropfen und darüber verteilen. Zuletzt die Kartoffeln dazugeben, mit dem Bratenfond übergießen und der übrigen Petersilie bestreuen.

Christina Meiering am 10. Dezember 2009