

Boeuf Stroganoff

Für 2 Personen

300 g Rinderfilet	150 g Basmatireis	1 Zwiebel
2 Gewürzgurken	1 Paprika, rot	2 Karotten
250 g Tomaten, passiert	0,25 Bund Petersilie, kraus	0,25 Bund Schnittlauch
2 Lorbeerblätter	150 ml Rotwein, trocken	150 ml Rinderfond
50 ml Sahne	3 TL Crème-fraîche	2 EL Senf, mittelscharf
1 Prise Paprikapulver, mild	1 Prise Chilipulver	Mehl
Butterschmalz	Zucker	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Reis in Salzwasser gar kochen. Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Anschließend in feine Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Filetstreifen anbraten. Anschließend zum Warmhalten in den Backofen geben. Die Paprika halbieren und von dem Kerngehäuse befreien. Danach in feine Würfel schneiden. Die Karotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Gewürzgurken in feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Zwiebel anschwitzen. Die Paprika und die Karotten zugeben und anbraten. Das Mehl über das Ganze streuen und kurz anschwitzen lassen. Die passierten Tomaten hinzugeben und mit dem Fond und Rotwein ablöschen. Anschließend aufkochen lassen und den Senf unterrühren. Die Gewürzgurken zufügen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Lorbeerblätter zu geben. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und zu der Soße geben. Die Sahne und das Crème-fraîche beifügen und gut vermengen. Das Ganze mit Paprika- und Chilipulver würzen. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Den Schnittlauch fein hacken. Den Reis auf Tellern anrichten. Das Boeuf Stroganoff auf den Reis geben und mit der Petersilie und Schnittlauch garnieren.

Adrian Grabe am 14. April 2010