

Rinder-Filet im Kräuter-Mantel mit gebratenem Radicchio

Für 2 Personen

400 g Rinderfilet	70 g Polenta	10 Schalotten
1 Radicchio	1 Knoblauchzehe	1 Lorbeerblatt
30 g Parmesan	1 EL Butter	2 EL Butterschmalz
300 ml Milch	300 ml Wasser	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Oregano	2 Blätter Salbei
4 EL Olivenöl	Zucker	Meersalz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kräuterblätter abzupfen, klein hacken und mit dem groben Meersalz und dem Pfeffer mischen. Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in der Salz-Kräutermischung wälzen. Das Butterschmalz erhitzen und darin das Filet im Ganzen von allen Seiten anbraten. Die Schalotten abziehen, in Scheiben schneiden und in einen Bräter geben. Das Fleisch auflegen und im Backofen etwa 20 Minuten medium garen. Den Radicchio von den äußeren Blättern befreien, putzen und längs vierteln. Zwei Esslöffel Öl und die Butter in einer großen Pfanne erhitzen, den Radicchio mit einer Prise Zucker auf den Schnittflächen etwa zwei Minuten braten. Anschließend auf der ausgeschalteten Kochstelle weitere drei Minuten gar ziehen lassen. Die Milch mit dem Wasser, einer Knoblauchzehe und einem Lorbeerblatt aufkochen lassen. Anschließend 70 Gramm Polenta einrühren und unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze eine Minute kochen. Bei kleinster Hitze zugedeckt unter gelegentlichem Rühren 20 Minuten quellen lassen. Abschließend den Knoblauch und das Lorbeerblatt entfernen. Den Parmesan reiben, zwei Esslöffel davon mit dem übrigen Olivenöl kräftig unterrühren. und das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Das Rinderfilet mit dem Radicchio und der Polenta auf Tellern anrichten und mit dem übrigen Parmesan garnieren.

Marc Jahns am 12. Mai 2011