

Rinder-Filet, Senf-Schalotten, Ofen-Kartoffeln, Gemüse

Für 2 Personen

2 Rinderfilets, a 180 g	6 große, festk. Kartoffeln	175 g Schalotten
2 Karotten	1 Stange Lauch	1 Kohlrabi
100 g braune Champignons	1/2 Bund Schnittlauch	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	1/4 Bund glatte Petersilie	2 EL Dijon-Senf
2 EL Crème-fraîche	100 ml Rinderfond	100 ml Olivenöl
3 EL alkoholfreier Weißwein	1 EL Zucker	Mehl
Olivenöl	Butter	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in Spalten schneiden. Reichlich Olivenöl über die Kartoffeln geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Karoffelspalten auf ein Backblech verteilen. Den Thymian und Rosmarin zupfen und auf die Kartoffeln geben. Das Backblech nun für circa 20 Minuten in den Backofen geben. Die Karotte und den Kohlrabi schälen und in kleine Stücke schneiden. Den Lauch abziehen und in Ringe schneiden. Die Champignons putzen und vierteln. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Champignons darin anbraten. Die Karotten, den Kohlrabi und den Lauch zugeben. Die Petersilie zupfen, fein hacken und untermischen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rinderfilets waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Mehl bestäuben. Die Schalotten abziehen und in Spalten schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Rinderfilet von allen Seiten scharf anbraten. Etwas Butter dazugeben. Das Fleisch nach circa vier Minuten aus der Pfanne nehmen und in den Backofen geben. Die Schalotten in den Bratensud geben und circa drei Minuten glasig dünsten. Den Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Den Fond und den alkoholfreien Weißwein zugeben und einkochen lassen. Den Senf und die Crème-fraîche einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Schnittlauch in Ringe schneiden und zu den Schalotten geben. Das Rinderfilet und die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und auf Tellern anrichten. Das Gemüse und die Senfschalotten ebenfalls auf den Teller geben und servieren.

Lydia Roller am 30. November 2011