

Rinder-Medaillons in Rotwein-Soße mit Bohnen

Für zwei Personen

2 Rinderfiletsteaks, à 180 g	2 Scheiben Bacon	500 g Kartoffeln, mehlig
400 g grüne Bohnen	2 Schalotten	2 Zweige Thymian
1 TL Tomatenmark	1 EL Butter	20 g Trüffelbutter
100 ml trockener Rotwein	100 ml Rinderfond	1 EL Zucker
100 ml Sahne	300 ml Milch	1 EL Rapsöl
2 EL Mehl	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in einer ausreichenden Menge Salzwasser gar kochen lassen. Die Bohnen waschen, putzen und in einer ausreichenden Menge Salzwasser zehn bis zwölf Minuten garen. Anschließend abgießen und kurz in das Eiswasser geben. Die Schalotten abziehen und fein würfeln. Die Butter in einem Topf erhitzen und die Hälfte der Schalotten darin andünsten. Mit einem Esslöffel Zucker bestreuen und unter Rühren hell karamellisieren. Fünf bis sechs Esslöffel Wasser hinzugießen und die Bohnen darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Thymian waschen und trocken tupfen. Das Fleisch ebenfalls waschen und trocken tupfen. Dann die Steaks mit je einer Scheibe Bacon umwickeln. Das Rapsöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Die Steaks darin auf jeder Seite circa zwei Minuten anbraten. Den Thymian kurz mit braten. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Thymian aus der Pfanne nehmen. Die andere Hälfte der Schalotten im heißen Bratfett andünsten. Das Mehl darüber stäuben und unter Rühren kurz anschwitzen. Die Schalotten mit dem Wein, dem Fond sowie der Sahne ablöschen, unter Rühren aufkochen und circa zwei Minuten köcheln lassen. Die Steaks und den Thymian in die Soße legen und alles im vorgeheizten Backofen fünf bis sieben Minuten schmoren. Die Milch erwärmen, Kartoffeln abgießen. Die Milch und die Trüffelbutter zu den Kartoffeln geben. Mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen und mit Salz abschmecken. Die Rindermedaillons zusammen mit den Bohnen sowie dem Kartoffelstampf auf dem Teller anrichten und servieren.

Agnes Mintrop am 01. November 2012