

Rinder-Filet 'spezial', grüner Salat, Tomaten-Vinaigrette

Für zwei Personen

400 g Rinderfilet	4 Kartoffeln, vorw. fest	300 g Tomaten
80 g Eichblattsalat	40 g Rucola	1 Gemüsezwiebel
8 frische, verschiedene Kräuter	1 Muskatnuss	30 g Mandeln, geröstet, gesalzen
1 EL Mehl	100 g Frischkäse	1 Ei
50 ml Sahne	2 EL Rotweinessig	5 EL Rapsöl
500 ml Sonnenblumenöl	Zucker, Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 200 Grad Oberhitze vorheizen. Die frischen Kräuter mit dem Frischkäse und etwas Sahne zu einer cremigen Masse verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Kartoffelpuffer eine halbe Zwiebel und die Kartoffeln schälen, reiben und anschließend in einem Küchentuch auspressen. Anschließend zusammen mit dem Ei sowie einem Esslöffel Mehl vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Aus der Masse Kartoffelpuffer formen und in Öl schwimmend kross ausbacken. Die Auflaufform damit auslegen. Die Tomaten in Scheiben schneiden und die Basilikumblätter zupfen. Diese auf die Kartoffelpuffer in die Auflaufform verteilen. Das Rindfleisch waschen und trocken tupfen. Anschließend Zwei Minuten auf jeder Seite in Sonnenblumenöl braten. Auch das Steak in die Auflaufform legen und mit der Frischkäsecreme bestreichen. Das Ganze zehn Minuten im Backofen gratinieren. Die Tomaten waschen, vierteln und entkernen. Die Tomatenkerne durch ein Sieb streichen und den Saft dabei auffangen. Die Tomatenviertel in kleine Würfel schneiden. Für das Dressing den Tomatensaft mit dem Rotweinessig, etwas Salz, Pfeffer, Zucker sowie fünf Esslöffel Rapsöl verrühren. Den Eichblattsalat und den Rucola waschen und trocken schleudern. Die Mandeln grob hacken. Den Salat und die Tomaten mit der Vinaigrette mischen und mit Mandeln bestreuen. Das Rinderfilet zusammen mit dem Salat auf einem Teller anrichten.

Uschi Schäfer am 05. November 2012