

## Pochiertes Rinder-Filet mit Petersilienwurzel-Püree

### Für zwei Personen

300 g Rinderfilet	4 Schalotten	300 g Petersilienwurzel
1 Bund glatte Petersilie	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
1 Blatt Lorbeerblatt	2 Gewürznelken	1 Muskatnuss
50 g kalte Butter	40 g weiche Butter	1 EL brauner Zucker
1 TL Speisestärke	75 ml roter Portwein	200 ml trockener Rotwein
50 ml Madeira	Öl, Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Schalotten abziehen, halbieren und in etwas Öl dünsten. Anschließend mit dem braunen Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Die karamellisierten Zwiebeln mit Portwein ablöschen und Madeira, Rotwein, Kräutern und etwas Muskatnuss, Lorbeerblatt und die Gewürznelken zugeben und aufkochen. Das Filet waschen und trocken tupfen, dann in den heißen, nicht mehr kochenden Sud geben und circa 25 bis 30 Minuten zugedeckt pochieren. Dabei das Fleisch gelegentlich wenden. Darauf achten, dass der Sud nicht zu kochen beginnt. Für das Püree die Petersilie abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Petersilienwurzeln schälen, würfeln und in kochendem Salzwasser weich garen. Die Petersilienwurzeln anschließend abgießen, mit den Petersilienblättern und der weichen Butter pürieren. Das Püree mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken und warm halten. Das Fleisch aus dem Sud nehmen, in Alufolie wickeln und im Backofen warm halten. Den Sud durch ein feines Sieb in einen Topf streichen und reduzieren. Die Speisestärke mit wenig Wasser anrühren und die Soße damit leicht binden. Nach und nach die Butter sowie die Schalotten hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch in Tranchen schneiden, salzen und pfeffern und zusammen mit der Soße und dem Püree servieren. Zur Dekoration Petersilienblätter und dünne Petersilienwurzelscheiben in Pflanzenöl frittieren.

Uschi Schäfer am 07. November 2012