

# Rinder-Filet, Sahne-Soße, Knöpfli, süße Baby-Karotten

## Für zwei Personen

300 g Rinderfilet, küchenfertig	200 g Baby-Karotten, mit Grün	100 g Zwiebeln
1 Knoblauchzehe	2 Eier	0,5 Bund glatte Petersilie
150 g Mehl	75 ml Mineralwasser	100 ml Rinderfond
1 EL Speiseöl	500 ml Sahne	Butter
1 EL Salz	Zucker	süßes Paprikapulver
Salz, weißer Pfeffer		

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze Danach einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Für den Knöpfleteig die Eier, das Mineralwasser und das Speiseöl in eine Schüssel geben und den Teig verquirlen. Danach das Mehl und einen Esslöffel Salz dazugeben. Den Teig gut durch schlagen, bis Bläschen entstehen und danach für circa zehn Minuten ruhen lassen. Im Anschluss die Baby-Karotten waschen, trocken tupfen und schälen. Das Grün nicht entfernen. Danach etwas Butter in eine Pfanne geben und die Baby-Karotten darin bei kleiner Hitze garen. Anschließend mit etwas Paprikapulver würzen. Die Knöpfli in das leicht kochende Wasser geben. Sobald die Knöpfli gar sind, schwimmen sie an der Oberfläche und können aus dem Wasser genommen werden. Danach etwas Butter in eine Pfanne geben und die Knöpfli darin goldbraun anbraten. Die Knöpfli bei schwacher Hitze warm halten. Anschließend wieder etwas Butter in eine Pfanne geben. Die Knoblauchzehe zerdrücken und zu der Butter geben. Danach das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und zu der Knoblauchbutter geben und von beiden Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Danach das Rinderfilet im vorgeheizten Ofen weiter garen. Im Anschluss die Zwiebeln abziehen, in feine Würfel schneiden und im Bratensud des Rinderfilets anbraten. Danach mit dem Rinderfond ablöschen, einkochen lassen und mit der Sahne aufgießen. Nun die Pfanne von der Flamme nehmen. Danach etwas Zucker an die Baby-Karotten geben und ein wenig karamellisieren. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Das Rinderfilet mit der Sahnesauce, den selbstgemachten Knöpfli und den Baby-Karotten auf einem Teller anrichten, mit der Petersilie garnieren und servieren.

Remo Zimmermann am 25. Februar 2013