

Rinder-Filet, Pfeffer-Soße, Kenia-Bohnen, Bratkartoffeln

Für zwei Personen

2 Rinderfilets, à 250 g	400 g Kartoffeln, fest	200 g Kenia-Bohnen
5 Schalotten	1 Zwiebel	10 g grüner Pfeffer
2 Zweige Rosmarin	1 Bund Bohnenkraut	2 EL Rinderconsommé
2 EL Tomatenmark	2 EL Rübenkraut	2 EL Speisestärke
200 ml trockener Rotwein	500 ml Rinderfond	Olivenöl, Butter
Butterschmalz, Zucker	Zuckercouleur	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Kartoffeln mit Schale darin kochen. Die Kenia-Bohnen putzen und kurz in kochendem Wasser abkochen. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Die Schalotten abziehen, fein würfeln und in etwas Butter anschwitzen. Nun die Bohnen hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und dem Bohnenkraut abschmecken. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Etwas Butter erhitzen und die Zwiebel darin dunkel anbraten. Nun das Tomatenmark mit anrösten. Das Ganze mit dem Rinderfond abgießen, den grünen Pfeffer und den Rotwein hinzufügen und bis auf die Hälfte reduzieren lassen. Anschließend passieren. Die Sauce mit Salz, Pfeffer, Zucker, dem Rübenkraut und dem Rinderconsommé abschmecken und gegebenenfalls mit der Stärke binden und dem Zuckercouleur färben. Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl von beiden Seiten jeweils drei Minuten anbraten. Anschließend das Fleisch zum Fertigaren in den Ofen geben und die Rosmarinzwige darauf legen. Ebenfalls das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Anschließend in Butterschmalz knusprig braun anbraten und mit Salz abschmecken. Das Rinderfilet mit der Pfeffersauce, den Kenia-Bohnen und den Bratkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Susanne Stimberg am 27. Februar 2013