

## Rinder-Filet mit Bohnen im Speck-Mantel

### Für zwei Personen

2 Rinderfilets, à 150 g	10 Scheiben Bacon	20 kleine Kartoffeln
200 g Prinzessbohnen	2 Knoblauchzehen	1 Bund Petersilie
4 EL getrockneter Rosmarin	100 g weiche Butter	5 EL Rapsöl
5 EL Olivenöl	Margarine, Paprikapulver	Salz, bunter Pfeffer
Pfeffer		

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln waschen, putzen und in einer ausreichenden Menge Salzwasser gar ziehen lassen. Die Bohnen putzen, waschen und in einer ausreichenden Menge Salzwasser circa 15 Minuten bissfest garen. Die Rinderfilets waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne mit dem Rapsöl erhitzen und die Filets in dem heißen Öl von beiden Seite anbraten. Das Fleisch anschließend aus der Pfanne nehmen, von allen Seiten mit buntem Pfeffer würzen, in Alufolie wickeln und für circa fünf Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und ebenfalls fein hacken. Beides mit der Butter vermengen und mit Salz würzen. Die Bohnen abschrecken und kleine Bündel mit je einer Scheiben Bacon umwickeln. Etwas Margarine in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Bohnenpäckchen darin rundum anbraten. Die Kartoffeln abgießen, im Eiswasser abschrecken und die Schale abpellen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Kartoffeln darin krass braten. Das restliche Olivenöl mit den Rosmarin, etwas Paprikapulver und Salz vermischen. Die Ölmischung über die Kartoffeln geben und darin schwenken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und aus der Folie wickeln. Die Filets zusammen mit den Kartoffeln und den Bohnen auf einem Teller anrichten. Die Kräuterbutter ebenfalls auf den Teller geben und servieren.

Jörg Tews am 24. Februar 2014