

Rinder-Filet mit Speckbohnen und Kartoffel-Rösti

Für zwei Personen

2 Rinderfilets, à 200 g	25 g gewürfelter Speck	200 g mehligk. Kartoffeln
300 g Prinzessbohnen, TK	1 Zwiebel	1 Lauchzwiebel
50 g Butter	25 g Gouda	200 g Schlagsahne
5 EL Milch	1 Muskatnuss	1 Prise Zucker
2 EL Pflanzenöl	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen. Eine Pfanne mit etwas Pflanzenöl erhitzen. Die Kartoffeln waschen, schälen und mit der Reibe reiben. Die Muskatnuss ebenfalls reiben und etwas vom Abrieb zu den Kartoffelraspeln geben. Anschließend die Kartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermengen. Mit den Händen Rösti formen und in der Pfanne goldbraun anbraten. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen und die aufgetauten Prinzessbohnen für 15 Minuten darin garen. Währenddessen eine Pfanne mit etwas Pflanzenöl erhitzen. Die Rinderfilets waschen und trocken tupfen. Anschließend das Fleisch von beiden Seiten jeweils drei Minuten anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Rindfleisch in den Backofen geben. Den Bratensatz mit 100 Gramm Sahne ablöschen und kurz aufkochen lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Prinzessbohnen abgießen, im Eiswasser abschrecken und zur Seite stellen. Eine Pfanne mit etwas Butter erhitzen. Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebelwürfel zusammen mit dem Zucker in die Pfanne geben und glasig braten. Anschließend die Prinzessbohnen dazu geben. Nach und nach den Speck ebenfalls dazu geben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kräuterblätter abzupfen und klein hacken. Die übrige Butter mit den Kräuterblättern vermengen und mit Salz abschmecken. Das Rinderfilet mit Speckbohnen und Kartoffelrösti auf Tellern anrichten und servieren.

Anika Waak am 02. Juni 2014