

Roastbeef mit Bratkartoffeln und Coco-Bohnen

Für zwei Personen

Für das Roastbeef:

400 g Rinderfilet	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
Olivenöl	edelsüßes Paprikapulver	Currypulver
Meersalz	Salz, Pfeffer	

Für die Bratkartoffeln:

3 Kartoffeln, festk.	Butter, Paprikapulver	Salz, Pfeffer
----------------------	-----------------------	---------------

Für die Coco-Bohnen:

300 g Coco Bohnen	100 ml Gemüsefond	100 ml Rinderfond
Butter, Bohnenkraut	Salz, Pfeffer	

Für die Sauce béarnaise:

2 Schalotten	2 Eier	150 g Butter
100 ml Weißwein	20 ml Weißweinessig	$\frac{1}{2}$ Bund Estragon
$\frac{1}{2}$ Kästchen Kerbel	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Filet von beiden Seiten scharf darin anbraten. Das Filet mit dem Paprikapulver würzen und anschließend für 20 Minuten in den Ofen geben, bis es eine Kerntemperatur von 52 Grad hat. Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in einer ausreichenden Menge Salzwasser bissfest kochen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln abgießen und in der heißen Butter goldbraun und knusprig braten. Mit etwas Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Bohnen den Gemüse- sowie Rinderfond zusammen erhitzen. Die Bohnen putzen, waschen und in dem Fond bissfest garen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, die Bohnen abgießen und darin schwenken. Das Bohnenkraut waschen, trocken tupfen und fein hacken. Gemeinsam mit etwas Salz über die Bohnen geben und vermengen. Für die Sauce die Schalotten abziehen und fein hacken. Einige Zweige Estragon und den Kerbel fein hacken. Den Weißwein zusammen mit dem Weißweinessig, einigen Zweigen Estragon und den Schalotten einkochen lassen. Die Eier trennen und das Eigelb in einem Wasserbad erwärmen. Die Butter zugeben und mit dem Eigelb zu einer homogenen Masse cremig rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und je einen Esslöffel des gehackten Estragons und der Kerbelblättchen unterrühren. Das Rinderfilet zusammen mit den Bratkartoffeln, den Bohnen sowie der Sauce auf einem Teller anrichten und servieren.

Enzo Burkhard am 22. September 2014