

Rinder-Filet mit Kräuter-Butter und Ratatouille

Für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

200 g Rinderfilet Tournedos	4 Zweige Rosmarin	1 Zehe Knoblauch
Butterschmalz	Meersalz	Pfeffer

Für die Kräuterbutter:

100 g Butter	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund Thymian
1/2 Bund Rosmarin	1/2 Bund Petersilie	1/2 Bund Basilikum
Paprikapulver	Zucker	

Für den Süßkartoffelstampf:

100 g Süßkartoffeln	50 g Karotten	50 g Crème-fraîche
50 g Butter	200 ml Gemüfefond	Currypulver
Zucker		

Für das Ratatouille:

1 Champignon	1 grüne Zucchini	1 gelbe Zucchini
1 schwarze Aubergine	1 lila/weiße Aubergine	1 Tomate (Ochsenherz)
4 Stiele Basilikum	50 g Parmesan	Olivenöl

Den Backofen auf 80 Grad Ober-und Unterhitze vorheizen.

In einem Topf Wasser, gemeinsam mit dem Gemüfefond zum Kochen bringen.

Die Kräuter hacken, unter die weiche Butter geben, mit Salz, Pfeffer, Paprika und etwas Zucker abschmecken und in das Gefrierfach stellen.

Die Süßkartoffeln und Karotten schälen und in kleine Stücke schneiden. Sobald das Wasser kocht, Süßkartoffeln und Karotten hinzugeben und weich kochen.

In eine Pfanne, bei starker Hitze, ein wenig Schmalz geben und in eine weitere Pfanne, bei mittlerer Hitze, Olivenöl geben. Anschließend die Knoblauchzehe abziehen, andrücken und mit dem Rosmarinweig zum Schmalz geben. Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Sollte das Schmalz heiß genug sein, das Fleisch in der Pfanne von allen Seiten eineinhalb Minuten scharf anbraten. Danach herausnehmen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zusammen mit dem Knoblauch und Rosmarin bei 80 Grad für etwa zehn bis 15 Minuten (je nach Dicke des Filets) in den Backofen auf den mittleren Rost legen.

Die Zucchini, die Auberginen und den Champignon waschen und abtrocknen. Von den Zucchini und den Auberginen je eine oder zwei leicht schräge Scheiben abschneiden und zusammen mit dem Champignon in die Pfanne mit dem Olivenöl geben. Kross anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und wieder herausnehmen. Die Tomate waschen und in Scheiben schneiden.

Die Zucchini und die Aubergine auf einem feuerfesten Teller stapeln. Dabei eine Scheibe der Tomate in die Mitte und den Champignon obenauf geben. Den Parmesan reiben und anschließend über das Ratatouille streuen. Im Backofen noch einmal zehn Minuten garen.

Die Kräuterbutter aus dem Gefrierfach nehmen.

Sind die Süßkartoffeln und Karotten weich, wird die Flüssigkeit zu drei Viertel abgeschüttet und Crème fraîche, Salz, Pfeffer und Curry hinzugegeben. Alles miteinander gut zerstampfen, bis es eine weiche Konsistenz hat. Abschmecken und zum Schluss die Butter hinzugeben.

Den Kartoffelstampf auf einen vorgewärmten Teller in die Mitte geben und mit einem Löffel eine Kuhle ziehen. Das Rinderfilet schräg aufschneiden und gemeinsam mit dem Ratatouille darauf anrichten. Mit Basilikum ausgarnieren und die Kräuterbutter dazu reichen und servieren.

Tim Biebighäuser-Becker am 27. April 2015