

# Rinder-Filet mit Süßkartoffel-Püree und grünem Spargel

Für zwei Personen

**Für das Rinderfilet:**

2 Rinderfilets, à 200 g	4 Scheiben Bacon	Pflanzenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

**Für den Spargel:**

1 Bund grüner Spargel	100 g Butter	3 EL Zucker
1 Zweig Oregano,	1 Zweig Thymian	Salz

**Für das Süßkartoffelpüree:**

300 g Süßkartoffeln	50 ml Milch	50 ml Sahne
2 EL Butter		

**Für die Schmortomaten:**

4 mittelgroße, reife Tomaten	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 EL Tomatenmark	200 g Dosentomaten, stückig	1 Zweig Rosmarin
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser zum kochen bringen.

Den Spargel schälen, die Enden abschneiden. Wasser zum Kochen bringen, Salz und Zucker hineingeben und den Spargel darin ein paar Minuten blanchieren. Dann den Spargel herausnehmen, kurz in Eiswasser geben und zur Seite legen.

Die Kartoffeln waschen, schälen und klein schneiden. Anschließend in das kochende Salzwasser geben. Die Kartoffel abschrecken, in einen Topf geben und stampfen. Die Butter, Sahne und Milch dazugeben. Mit einem Schneebesen verrühren, bis es die gewünschte Konsistenz hat. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Für die Schmortomaten die Schalotte und den Knoblauch abziehen und sehr klein schneiden.

Olivenöl in einen Topf geben und darin die Schalotten andünsten. Das Tomatenmark hineingeben und kurz mit rösten. Anschließend die Dosentomaten und den Knoblauch dazugeben. Die vier ganzen Tomaten mit Grün waschen und in die Pfanne mit dem Tomatensud geben, den Rosmarinzweig ebenfalls dazu geben und darin mit geschlossenem Deckel circa 15 Minuten schmoren lassen. Die Oregano- und Thymianblätter abzupfen und klein hacken.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen und den Spargel darin bei geringer Hitze schwenken. Abschließend mit Salz und Zucker abschmecken.

Die Rinderfilets waschen, trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit je zwei Scheiben Bacon umwickeln und diese mit Zahnstocher fixieren.

Öl in einer Pfanne erhitzen und darin die Filetscheiben von jeder Seite etwa drei Minuten kräftig anbraten. Anschließend in den vorgeheizten Ofen geben und darin für etwa zehn Minuten ruhen lassen.

Die Tomaten nochmal mit etwas Oregano, Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Rinderfilets mit den Schmortomaten und dem grünen Spargel auf Tellern anrichten und servieren.

Marina Kell am 06. Mai 2015