

Beef-Wellington, Kartoffel-Spalten und Mandel-Bohnen

Für zwei Personen

Für das Wellington:

250 g Rinderfilet	1 Rolle Blätterteig	1 Zwiebel
50 g Parmesan	50 g Walnüsse	1 Ei
5 Scheiben Parmaschinken	2 TL Zucker	2 EL Olivenöl

Für die Kartoffelspalten:

2 mehlig. Kartoffeln	2 EL Olivenöl	1 EL scharfes Paprikapulver
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für die Bohnen:

100 g grüne Bohnen	25 g gehobelte Mandeln	25 g Butter
1 Zitrone		

Für die Sauce:

1 Zitrone	2 EL eingel. grüner Pfeffer	100 ml Rinderfond
150 g Sahne	$\frac{1}{2}$ EL Speisestärke	1 EL Cognac
1 TL scharfes Paprikapulver	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Für das Wellington die Zwiebel abziehen, klein schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Die Zwiebel mit Zucker bestreuen.

Für die Kartoffelspalten die Kartoffeln schälen und in dünne Spalten schneiden. Die Spalten mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Paprikapulver gut vermischen.

Für das Wellington den Parmesan fein reiben. Die Walnüsse im Gefrierbeutel mit dem Fleischhammer klein schlagen, dann mit der Zwiebelmischung, Parmesan, Salz und Pfeffer vermischen. Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und halbieren. Beide Hälften von allen Seiten scharf anbraten und anschließend in den Parmaschinken wickeln. Den Bratensatz für die Sauce aufbewahren.

Blätterteig halbieren und jede Hälfte mit der Zwiebel-Walnuss-Mischung bestreichen. Ein Rinderfiletstück auf jeden Blätterteig legen. Die Blätterteigpäckchen zumachen, die Ränder gut zudrücken und den Blätterteig zweimal oben einschneiden. Das Ei aufschlagen, verquirlen und den Teig damit bestreichen und zusammen mit den Kartoffelspalten auf einem Backblech im Ofen braten.

Nach etwa 15 Minuten Garzeit den Ofen auf 180 Grad runterstellen und Kartoffeln und Fleisch weitere zehn Minuten garen lassen.

Für die Bohnen leicht gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Bohnen waschen und in das kochende Wasser geben.

Für die Sauce den Bratensatz mit Rinderfond ablöschen und mit der 100 Gramm Sahne verrühren. Die Stärke unterrühren und die Pfefferkörner dazu geben. Die Sauce mit Cognac, Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Die restliche Sahne dazu geben.

Die Bohnen nach etwa sieben Minuten aus dem Topf nehmen und mit kaltem Wasser spülen. Die Zitrone waschen, trocken tupfen, abreiben, halbieren und den Saft auspressen. Die Butter in einer Pfanne schmelzen und die Mandeln mit etwas Zitronensaft und -abrieb darin schwenken. Die Bohnen am Ende kurz dazu geben.

Das Beef Wellington mit Kartoffelspalten und Mandel-Bohnen anrichten. Die Sauce in einer Sauciere dazu servieren.

Jessica Schewel am 01. Juni 2015