

Rinder-Filet mit Sellerie-Püree, Gemüse, Rotwein-Soße

Für zwei Personen

1 irisches Rinderfilet à 400 g Olivenöl Salz
schwarzer Pfeffer

Für das Selleriepüree:

1 Knollensellerie 400 ml Sahne Salz
schwarzer Pfeffer

Für das mediterrane Gemüse:

1 Zucchini 1 Aubergine 1 rote Paprika
1 gelbe Paprika 1 Knoblauch 40 ml Weißweinessig
1 Zweig Rosmarin 1 Zweig Thymian Pflanzenöl
Olivenöl Salz schwarzer Pfeffer

Für die Rotwein-Pfeffer-Sauce:

60 g kalte Butter 400 ml Rinderfond 100 ml trockener Rotwein
50 ml roter Portwein 1 Zweig Rosmarin 1 TL gemischte Pfefferkörner
1 TL grüne Pfefferkörner 40 ml Weißweinessig

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in eine Pfanne geben und das Fleisch darin auf jeder Seite ein bis zwei Minuten scharf anbraten. Anschließend das Fleisch in eine ofenfeste Form legen und für 15 Minuten in den Ofen geben. Die Pfanne mit dem Bratensatz zur Seite stellen.

Den Sellerie waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Sahne in einen Topf geben und mit dem Sellerie köcheln lassen bis dieser weich geworden ist. Anschließend den Sellerie pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Rotweinpfeffersauce den Rinderfond in einen Topf geben und zur Hälfte einkochen lassen. Die Pfanne mit dem Bratensatz erneut erhitzen und mit dem Rotwein und dem Portwein ablöschen, um den Bratensatz zu lösen. Die gemischten Pfefferkörner in einem Mörser zerstoßen und mit dem Zweig Rosmarin in die Pfanne geben. Die Flüssigkeit zur Hälfte reduzieren lassen und den Rinderfond dazugeben. Die Sauce kurz aufkochen lassen und durch ein Sieb geben. Anschließend die Butter in kleine Würfel schneiden und mit den grünen Pfefferkörnern in die Sauce geben.

Für das mediterrane Gemüse die rote und gelbe Paprika, Zucchini und Aubergine in Würfel schneiden. Olivenöl in eine Pfanne geben und das Gemüse anbraten. Mithilfe einer Presse etwas Knoblauch hinzugeben und mit Essig ablöschen. Rosmarin und Thymian hacken und zu dem Gemüse geben. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Rinderfilet mit dem Selleriepüree, dem mediterranen Gemüse und der Rotweinpfeffersauce auf Tellern anrichten und servieren.

Lars Pemöller am 01. Juli 2015