

Rinder-Filet, Tomaten-Estragon-Sugo, Kartoffel-Würfeln

Für zwei Personen

Für die Rinderfilets:

4 Rinderfiletsteaks à 100g neutrales Pflanzenöl Salz, Pfeffer

Für den Tomaten-Estragon-Sugo:

3 vollreife Tomaten 1 Zehe Knoblauch 1 Vanilleschote
1 Scheibe Ingwer 1 Prise getrocknete Chilis 1 Prise Zucker
1 Zweig Estragonblätter 2 EL Butter 15 g kalte Butter
Salz Pfeffer

Für die Kartoffelwürfel:

200 g vorw. festk. Kartoffeln 2 EL Butter

Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen.

Einen zweiten Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen.

Für das Tomaten-Estragon-Sugo Tomaten vom Strunk befreien und oben kreuzweise einschneiden. Kurz in heißes Wasser tauchen und häuten. Tomaten entkernen und Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Den wässrigen Teil mit Kernen pürieren und durch ein Sieb den Saft passieren. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden. 2 EL Butter in einer Pfanne braun werden lassen. Die Hälfte der gewürfelten Tomaten mit Tomatensaft, Knoblauch, Ingwer, Vanille, Chili, und Zucker in der zweiten Pfanne 3-4 Minuten anschwitzen, bis die Tomaten sämig werden.

Anschließend die restlichen gewürfelten Tomaten hinzugeben, braune Butter und kalte Butter einrühren, mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Estragon waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen, klein hacken und zu dem Sugo in die Pfanne geben. Die Pfanne vom Herd nehmen.

Für die Kartoffelwürfel Kartoffeln schälen und in ca. 2,5 cm große Würfel schneiden. In Salzwasser garen. Anschließend in einer Pfanne bei mittlerer Hitze 2 EL Butter braun werden lassen.

Kartoffeln zugeben und 2-3 Min. anbraten und danach auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Rinderfiletsteak Fleisch waschen, trocken tupfen und mit dem Handballen etwas flach drücken. In einer Pfanne mit Öl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten 2 Minuten anbraten und anschließend eine Minute in der Nachhitze der Pfanne ziehen lassen. Herausnehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Rinderfilet mit Tomaten-Estragon-Sugo und Kartoffelwürfeln auf Tellern anrichten und servieren.

Andreas Reich am 30. Juni 2016