

# Rinder-Filet, Kartoffel-Sellerie-Püree, Brokkoli

## Für zwei Personen

### Für das Rinderfilet:

300 g Rinderfilet	1 Rote Zwiebel	1 Schalotte
70 g kalte Butter	500 ml trockener Rotwein	100 ml Gemüsefond
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	5 Stängel glatte Petersilie
20 g grüner Pfeffer	1 Lorbeerblatt	20 g Zucker
Olivenöl	Meersalz	Pfeffer

### Für das Püree:

1 große mehligk. Kartoffel	100 g Knollensellerie	1 Zehe Knoblauch
1 Ei, davon das Eigelb	500 ml Gemüsefond	50 ml Milch, 3,5 %
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

### Für den Brokkoli:

100 g Brokkoli	1 Zehe Knoblauch	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Püree in einem Topf Wasser zum Kochen bringen.

Für das pochierte Rinderfilet Rosmarin, Thymian und Petersilie abbrausen und trockenwedeln.

Zwiebel und Schalotte abziehen und in Spalten schneiden. In einem Topf Olivenöl erhitzen.

Zwiebel und Schalotte anschwitzen, Zucker dazugeben und karamellisieren. Mit Rotwein ablöschen und mit Fond auffüllen. Thymian, Rosmarin, Petersilie, Lorbeer und grünen Pfeffer hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und Sud köcheln lassen. Dann Temperatur reduzieren. Rinderfilet kalt abbrausen, trockentupfen, in feine Tranchen schneiden und diese für sieben Minuten im siedenden Rotwein-Sud pochieren. Dann Fleisch aus dem Sud nehmen, Sud durch ein Sieb passieren und mit kalter Butter binden. Vor dem Servieren mit einem Pürrierstab aufschäumen.

Für das Püree Sellerie und Kartoffel schälen, in Scheiben schneiden und in einem Topf mit kochendem Wasser, Gemüsefond und Salz garen. Nach Ende der Kochzeit abschütten und ausdampfen lassen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Ei trennen. Sellerie und Kartoffel stampfen und Milch, Eigelb und Knoblauch unterrühren. Mit Muskatnuss abschmecken, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Brokkoli Knoblauch abziehen und andrücken. Brokkoli waschen, Röschen ablösen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Knoblauch und Brokkoli hinzufügen und Brokkoli langsam anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

In Rotwein pochiertes Rinderfilet mit Rotwein-Sud, Kartoffel-Sellerie-Püree und gebratenem Brokkoli auf Tellern anrichten und servieren.

Patrick Jonek am 29. September 2016