

# Geflammtes Rinder-Filet, Austernpilze, Tempura-Spargel

**Für zwei Personen**

**Für das Fleisch:**

1 Rinderfilet à 250 g	180 g Austernpilze	100 ml Balsamico
20 ml Sojasauce	1 $\frac{1}{2}$ EL Zucker	80 g Rucula
50 g Parmesan	25 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für das Spargel-Tempura:**

10 Stangen grüner Spargel	1 Zitrone	100 g Mehl
1 Ei, Eigelb	$\frac{1}{2}$ TL Senfsaat	$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel
$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	$\frac{1}{2}$ TL Schwarzer Pfeffer	grobes Meersalz

**Für das Fleisch:**

Die Austernpilze putzen und kleinschneiden. Die Pilze in 2 EL Olivenöl rundum scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und warmstellen.

Balsamico mit 1 EL Zucker in einem Topf auf die Hälfte reduzieren.

Übriges Olivenöl mit der Balsamico-Reduktion mischen und die Sauce auf einer großen Platte tropfenweise verteilen.

Das Fleisch waschen, trockentupfen und in dünne Scheiben schneiden. Rinderfiletscheiben plattieren und auf den Teller geben. Filetscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem übrigen Zucker bestreuen. Die Oberfläche mit dem Bunsenbrenner abflämmen.

Austernpilze, Rucola und einige Parmesanhobel darauf verteilen und mit der übrigen Essig-Öl-Mischung und etwas Sojasauce beträufeln.

**Für das Spargel-Tempura:**

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Senfsaat, Kreuzkümmel, Kurkuma und schwarzen Pfeffer in einem Mörser fein stoßen.

Das Ei trennen. Das Mehl und Eigelb mit 175 ml eiskaltem Wasser unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen unterrühren. Den Spargel im unteren Drittel schälen, die Enden abschneiden, den Spargel längs halbieren, mit der Gewürzmischung würzen und durch den Tempurateig ziehen.

Den Spargel in der Fritteuse und ca. 4 Minuten goldgelb frittieren, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Meersalz bestreuen. Die Zitrone vierteln und zum Spargel reichen.

Das geflammte Rinderfilet mit Austernpilzen und Spargel-Tempura auf Tellern anrichten und servieren.

Björn Wendt am 18. Mai 2017