

# Rinder-Filet mit Möhren und Kartoffel-Püree

**Für zwei Personen**

**Für das Rinderfilet:**

2 Rinderfiletsteaks à 170 g      2 Zweige Rosmarin      Olivenöl, Salz, Pfeffer

**Für das Püree:**

450 g mehligk. Kartoffeln      150 ml Milch      30 g Butter

Muskatnuss

**Für die Möhren:**

500 g Fingermöhren, mit Grün      2 EL flüssigen Honig      Salz, Pfeffer

**Für das Rinderfilet:**

Ofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Rosmarin zugeben. Fleisch darin rundherum 3-4 Minuten kräftig anbraten. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, auf den Gitterrost in den Ofen legen und ca. 15 Minuten medium garen.

**Für das Püree:**

Kartoffeln schälen, waschen und vierteln. Kartoffeln in Salzwasser ca. 15 Minuten weich kochen. Milch und Butter erhitzen. Kartoffeln abgießen. Milch-Butter-Mix zugeben und mit dem Kartoffelstampfer zu Püree stampfen. Püree mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken

**Für die Möhren:**

Möhren schälen, dabei ca. 1 cm von dem Grün stehen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Möhren zugeben und kurz andünsten. Honig und 2 TL Wasser zugeben und Möhren darin ca. 3 Minuten karamellisieren lassen.

Rinderfilet mit karamellisierten Möhren und Kartoffelpüree auf Tellern anrichten und servieren.

André Saraboso am 31. Juli 2017