

# Rinder-Filet mit Rotwein-Soße, Schwarzwurzel, Karotten

## Für zwei Personen

### Für das Rinderfilet:

2 Rinderfilet, à 200 g	2 EL neutrales Öl	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Salbei	Salz	Pfeffer

### Für das Schwarzwurzelpüree:

200 g Schwarzwurzeln	25 g Butter	150 ml Gemüsefond
Salz	Pfeffer	

### Für die Karotten:

1 kleine Zwiebel	125 g Karotten	1 Ei
40 ml Sahne	15 g Butter	1 TL Blütenhonig
50 ml Gemüsefond	1 TL Rotweinessig	Muskatnuss
1 Zweig Estragon	Salz	Pfeffer

### Für die Rotwein-Schalotten-Sauce:

2 Schalotten	20 g brauner Zucker	250 ml trockener Rotwein
1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt	1 Sternanis
$\frac{1}{2}$ TL Stärke	15 g kalte Butter	Salz, Pfeffer

### Für die Garnitur:

1 Schwarzwurzel	500 ml Öl
-----------------	-----------

## Für das Rinderfilet:

Backofen auf 110 Grad Ober- / Unterhitze vorheizen. Fritteuse vorheizen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch von beiden Seiten scharf anbraten, Rosmarin- und Salbeizweig dazugeben und zwischendurch mit dem heißen Bratöl immer wieder übergießen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in den Backofen geben. Die Pfanne für die Sauce beiseite stellen.

## Für das Schwarzwurzelpüree:

Für die Schwarzwurzelcreme Fond aufsetzen, zum Kochen bringen.

Schwarzwurzel schälen, klein schneiden und in dem Fond ca. 20 min. bei mittlerer Hitze garen. Flüssigkeit nicht ganz abgießen (etwa 2 EL Flüssigkeit im Topf behalten) und die Schwarzwurzeln pürieren. Butter unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen.

## Für die Karotten:

Karotten schälen und in dünne Streifen hobeln. Zwiebel abziehen und eine Hälfte in feine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebelwürfel und Honig dazu geben und kurz aufschäumen lassen.

Karottenstreifen ebenfalls hinzu geben und kurz dünsten. Fond angießen und ca. 10 min. bei wenig Hitze garen lassen. Essig dazu geben und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Ei trennen, das halbe Eigelb mit der Sahne verquirlen und sacht unter die Karotten heben. Bei schwacher Hitze leicht sämig rühren. Estragonblättchen abzupfen, grob hacken und unterrühren.

## Für die Rotwein-Schalotten-Sauce:

Für die Sauce Schalotten abziehen und achteln. Die Pfanne mit dem Bratensatz erneut erhitzen und Zucker darin karamellisieren lassen und die Schalotten dazugeben. Stärke mit etwas Rotwein verrühren und beiseite stellen. Den restlichen Rotwein in die Pfanne geben. Thymian, Lorbeer und Sternanis zugeben. Die Flüssigkeit bei mittlerer Hitze um die Hälfte reduzieren lassen.

Stärke-Rotwein-Gemisch in die Pfanne geben und die Sauce abbinden.

Ca. 3 min. leicht köcheln lassen. Butter würfeln und mit einem Schneebesen bei niedriger Hitze einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Garnitur:**

Schwarzwurzel schälen und etwa 3 Streifen abhobeln.

Schwarzwurzelstreifen in der Fritteuse goldgelb ausbacken und auf einem Küchentrepp abtropfen lassen.

Auf Tellern anrichten und servieren.

Stefanie Middendorf am 23. April 2019