

Rinder-Filet-Medaillons, Portwein-Feigen. Gemüse-Nudeln

Für zwei Personen

Für die Medaillons mit Feigen:

2 Rinderfilets, dick, á 140 g

100 ml trockener Rotwein

3 frische Feigen

200 ml Kalbsfond

100 ml Portwein

Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Gemüsenudeln:

2 Karotten

50 g Butter

1 Zucchini

Olivenöl

$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel

Salz, Pfeffer

Für die Medaillons mit Feigen:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Filets salzen und in einer heißen Pfanne von beiden Seiten anbraten. Im Ofen medium garen. Pfanne aufbewahren.

Feigen schälen und in Spalten schneiden. Zwei Feigen mit Portwein und Rotwein aufkochen und 5 Minuten köcheln lassen.

Zum Bratensatz Fond geben und bei starker Hitze einkochen lassen.

Portweifeigen mit Flüssigkeit durch ein Sieb streichen und dazugeben, sowie die restlichen Feigenspalten.

Filet aus dem Ofen nehmen und den ausgetretenen Bratensaft zur Sauce geben.

Für die Gemüsenudeln:

Karotten schälen, in dünne Scheiben schneiden. Zucchini waschen und in ebenso dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, zuerst Karotten und etwas später die Zucchini dazugeben. Butter ebenfalls dazugeben und das Gemüse darin schwenken. Kerbel dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Kerbel garnieren und servieren.

Kilian Brandenburg am 11. Juli 2019