

Rinder-Filet mit Kräuter-Kruste und Rotwein-Soße

Für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

400 g Rinderfilet	2 Knoblauchzehen	$\frac{1}{4}$ Bund Koriander
$\frac{1}{4}$ Bund Rosmarin	$\frac{1}{4}$ Bund Oregano	$\frac{1}{4}$ Bund Thymian
$\frac{1}{4}$ Bund Salbei	3 EL Olivenöl	50 g Butterschmalz
Meersalz	Pfeffer	

Für das Petersilienwurzelpüree:

200 g Petersilienwurzeln	40 g weiche Butter	1 Bund glatte Petersilie
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für die Rotweinsauce:

1 Gemüsezwiebel	20 g kalte Butter	75 ml kräftiger Rotwein
75 ml Portwein	50 ml Rinderfond	1 EL Marsala
1 Thymianzweig	1 Lorbeerblatt	1 EL Zucker
Salz	Pfeffer	

Für den Salat:

200 g Mini-Romanasalat	6 kleine Cocktailtomaten	1 EL Aprikosenkonfitüre
1 TL süßen Senf	1 EL Apfelessig	4 Zw. glatte Petersilie
1 EL Rapsöl	Salz	Pfeffer

Für das Rinderfilet: Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Rinderfilet am Stück mit Olivenöl einreiben und gut mit Salz und Pfeffer einstreuen. Knoblauch abziehen, fein hacken und Fleisch damit einreiben. Koriander, Rosmarin, Oregano, Thymian und Salbei abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kräuter über dem Rinderfilet verteilen und festdrücken. Anschließend das Rinderfilet in Butterschmalz von allen Seiten in einer Pfanne anbraten. Sobald genügend Röstaromen am Fleisch sind, Rinderfilet auf ein mit Alufolie ausgelegtes Backblech in den Ofen geben.

Für das Petersilienwurzelpüree: Petersilie abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Petersilienwurzeln schälen, in Würfel schneiden und in kochendem Salzwasser ca.20 Minuten garen. Petersilienwurzeln abgießen und mit Petersilienblättern und Butter pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für die Rotweinsauce: Thymian abbrausen und trockenwedeln. Zwiebeln abziehen und eine Hälfte in Streifen schneiden. Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Zwiebelscheiben dazugeben und kurz anbraten.

Mit Rotwein und Portwein ablöschen. Marsala, Thymian und Lorbeerblatt zugeben und die Sauce auf 100 ml einkochen lassen. Rinderfond zugeben und nochmal einkochen lassen. Zum Schluss die Sauce durch ein feines Sieb gießen und die Butter zum Binden unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat: Petersilie abbrausen, trockenwedeln und 2 TL fein hacken. Salat abbrausen, trockenwedeln und in mundgerechte Stücke zerkleinern.

Aprikosenkonfitüre, süßen Senf, Essig und 1 EL warmes Wasser verrühren. Nach und nach Öl unterschlagen. Danach die Petersilie unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dressing mit Salat vermischen. Tomaten halbieren und untermischen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Horst Schneider am 03. Februar 2020