

Tomaten-Blumisotto, Rinder-Filet, grüner Spargel, Pilze

Für zwei Personen

Für das Blumisotto:

500 g Blumenkohl	200 g grüner Spargel	250 g braune Champignons
2 Tomaten	2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
1 EL Butter	40 g Parmesan	2 EL Crème-fraîche
2 EL Tomatenmark	1 EL Olivenöl	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für das Fleisch:

2 Rinderfilets à 250 g	2 Knoblauchzehen	3 Stängel Rosmarin
2 EL Butterschmalz	Salz	Pfeffer

Für die Tomaten-Pfirsich-Salsa:

1 reifer Pfirsich	1 rote Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 grüne Chilischoten	200 g passierte Tomaten	1 EL weißer Balsamico
1 EL dunkler Agavendicksaft	200 ml Gemüsefond	1 EL rosensch. Paprikapulver
1 TL Zimt	Salz	Pfeffer

Für das Blumisotto:

Den Ofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Schalotten und den Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden.

Tomaten waschen und ebenfalls in Würfel schneiden.

Spargel und Pilze putzen und in kleine Stücke schneiden.

Schalotten und Knoblauch in Butter in einer Pfanne glasig andünsten.

Blumenkohl waschen und raspeln. Blumenkohl zugeben und mit der Zwiebel und dem Knoblauch garen. Nach einigen Minuten Tomatenmark zufügen und gut unterrühren. Die Hälfte der gewürfelten Tomaten zum Blumenkohl geben und unterrühren. Alles zusammen bei niedriger bis mittlerer Hitze bei geschlossenem Deckel garen lassen.

Parmesan reiben und zusammen mit Crème fraîche unterheben.

Restliche frische Tomaten hinzugeben. Mit Muskat abschmecken.

Spargel sowie Pilze in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer sowie Chili abschmecken.

Für das Fleisch:

Knoblauch abziehen und andrücken. Rinderfilets in heißer Pfanne mit Butterschmalz, Knoblauchzehen und Rosmarin von jeder Seite 2 Minuten scharf anbraten. Filets aus der Pfanne nehmen und 10 Minuten im Ofen weiter garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Tomaten-Pfirsich-Salsa:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Chili halbieren, je nach gewünschter Schärfe entkernen, waschen und fein hacken. Pfirsich schälen und das Fruchtfleisch in kleinen Stücken vom Stein schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin in ca. 3 Minuten glasig dünsten. Chili, Pfirsichstücke, passierte Tomaten, Balsamico, Agaven-Dicksaft und 100 ml Fond dazugeben, alles aufkochen und in 15 - 20 Minuten einköcheln lassen, bis alles eine Ketchup-ähnliche Konsistenz hat, dabei ab und zu umrühren und Fond oder Wasser nachgießen. Evtl. noch etwas zerdrücken. Salsa mit Zimt, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Anna Schubert am 22. Juli 2020