

Rinder-Filet, Garnelen, Rosmarin-Kartoffeln, holl. Soße

Für zwei Personen:

Für das Surf and Turf:

2 Rinderfilets à 125 g	4 Garnelen mit Schale	1 Zitrone
2 Knoblauchzehen	100 g Butter	1 Zweig Thymian
2 Zweige Rosmarin	100 ml Olivenöl	Fleur de Sel
Pfeffer	Eiswasser	

Für die Kartoffeln:

8 Kartoffeln, Drillinge	50 ml Olivenöl	1 Zweig Rosmarin
1 TL süßes Paprikapulver	Fleur de Sel	Pfeffer

Für das Gemüse:

6 grüne Spargelköpfe	1 Zweig Cherry-Tomaten	1 Karotte
1 Champignon	1 Zucchini	1 Avocado
1 Knoblauchzehe	50 g geriebener Parmesan	1 Zweig Thymian
Basilikum	Olivenöl	Salz

Für den Parmesan-Korb:

80 g Parmesan

Für die Sauce Hollandaise:

1 Zitrone	1 Ei	100 g Butter
50 ml Weißwein	1 Lorbeerblatt	Fleur de Sel
6 Bunte Pfefferkörner	Weißer Pfeffer	

Für das Surf and Turf:

Den Ofen auf 120 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen und einen weiteren Ofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Zehn Minuten im Ofen bei 120 Grad garen, herausnehmen und in einer Alufolie warmhalten.

Kurz vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Eine Steak Pfanne mit Olivenöl erhitzen und Fleisch mit Rosmarin beidseitig 4-5 Minuten medium braten. Butter dazu geben und Fleisch darin schwenken.

Garnelen entdarmen, eine Minute in Salzwasser blanchieren und kurz in Eiswasser abschrecken. Schale entfernen und Garnele mit Kopf in etwas Olivenöl einlegen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Thymian waschen und trocken wedeln. Zitrone halbieren, Saft auspressen und auffangen. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch andrücken oder zerschneiden. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Kurz vor dem Servieren eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und Garnelen darin mit Thymian und Knoblauch beidseitig braten. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Für die Kartoffeln:

Kartoffeln waschen, trockentupfen und in kleine Spalte schneiden.

Kartoffeln mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Paprikapulver kurz marinieren.

Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen, klein hacken und Kartoffeln damit bestreuen. Kartoffeln auf einem mit Backpapier belegten Backblech im Ofen bei 220 Grad 25 Minuten backen.

Für das Gemüse:

Spargel putzen und von Enden befreien. Karotten und Zucchini waschen, trockentupfen, von Enden befreien und in die gewünschte Form schneiden. Tomaten und Champignons waschen, trockentupfen und auch in die beliebige Form schneiden.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Thymian abrausen und trockenwedeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse zusammen mit Knoblauch und Thymian kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Auf einem Backpapier oder in einer runden etwa 8-10 cm großen Form Parmesan verteilen und das geschnittene Gemüse (bis auf den Knoblauch, den Thymian und die Tomaten) daraufgeben. Nochmals mit Parmesan bestreuen. Gemüse zu den Kartoffeln in den Ofen geben und Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle die letzten zwölf Minuten darin gratinieren. Basilikumblätter abrausen, trockentupfen und das Gemüse damit garnieren.

Für den Parmesan-Korb:

Parmesan reiben und auf einem Schnitt Backpapier ein Parmesanhäufchen verteilen. Dies in einer Pfanne schmelzen lassen, bis der Käse eine leicht bräunliche Farbe annimmt. Parmesantaler auf eine gedrehte kleine Schüssel nach unten legen, formen und abkühlen lassen.

Für die Sauce Hollandaise:

Lorbeerblatt abzupfen. Weißwein, Lorbeerblatt und Pfefferkörner in einem Topf zur Hälfte einreduzieren und kaltstellen. Butter schmelzen und klären. Ei trennen und Eigelb auffangen. Eigelb mit der Reduktion in einer Schüssel auf einem Wasserbad mischen und vorsichtig aufschlagen. Immer wieder kleine Tröpfchen geklärte Butter dazu geben, bis die Masse cremig ist. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Sauce Hollandaise mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Surf and Turf, Kartoffeln in Parmesan-Korb, gratiniertes Gemüse und Sauce Hollandaise auf Tellern anrichten und servieren. Restliche Hollandaise extra in einer kleinen Schale daneben stellen.

Simona Ruppert am 12. Juli 2021