

Rinder-Filet, Rotwein-Soße, Speckbohnen, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfilets, à 230 g 50 g Butterschmalz Salz, bunter Pfeffer

Für die Rotweinsauce:

200 ml Portwein 200 ml trockener Rotwein 1 Schalotte
1 Knoblauchzehe 30 g Butter 100 ml Sahne
400 ml Rinderfond 30 g Tomatenmark brauner Zucker
Salz Pfeffer

Für den Sellerie-Kartoffel-Stampf:

500 g vorw. festk. Kartoffeln 300 g Knollensellerie $\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch
100 g Butter 50 ml Sahne 50 ml Milch
Muskatnuss Salz Pfeffer

Für die Zwiebelringe:

1 Zwiebel 1 TL edels. Paprikapulver Mehl, Rapsöl

Für die Speckbohnen:

400 g Prinzessbohnen 200 g Bauchspeck (Scheiben) 1 Zwiebel
50 g Butter 500 ml Gemüfefond Bohnenkraut
Muskatnuss Salz, Pfeffer Eiswürfel

Für das Rinderfilet: Den Backofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rinderfilet in der Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten scharf anbraten, leicht würzen und danach bei ca. 130 Grad im Ofen ca. 10 Minuten zartrosa fertig garen.

Kurz vor dem Servieren mit Salz und buntem Pfeffer würzen.

Für die Rotweinsauce:

Die geschälten und geschnittenen Schalotte mit braunem Zucker in einer Pfanne in Butter anschwitzen. Tomatenmark dazugeben und leicht mit anbraten. Dann mit Portwein und Rotwein ablöschen und einreduzieren lassen. Eine halbe abgezogene Knoblauchzehe dazugeben und vor dem Servieren wieder entfernen.

Nach Bedarf Sahne und Rinderfond dazugeben und weiter einreduzieren lassen. Mit Salz, Pfeffer und braunem Zucker abschmecken.

Für den Sellerie-Kartoffel-Stampf: Kartoffeln und Sellerie schälen, kleinschneiden und in Salzwasser weichkochen. Danach das Wasser abgießen.

Butter, Sahne, Milch, Muskatnuss, Salz und Pfeffer zugeben und mit einem Kartoffelstampfer stampfen. Im Anschluss gehackten Schnittlauch untermischen.

Für die Zwiebelringe: Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Zwiebelringe mit Mehl bestäuben und in Rapsöl goldbraun frittieren. Mit Paprikapulver würzen und als Garnitur über den Stampf geben.

Für die Speckbohnen: Bohnen putzen, gleichmäßig schneiden und in Gemüfefond blanchieren. Eiswasser bereitstellen, die Bohnen darin abschrecken, auf einem Küchentuch trocken tupfen. In einer Pfanne Speckstreifen knusprig braten, wieder herausnehmen und auf Küchenkrepp legen. Danach in einer anderen Pfanne die Butter schmelzen und die abgezogene und kleingewürfelte Zwiebel darin anschwitzen. Bohnen nun hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Bohnenkraut und Muskatnuss würzen, bissfest garen. Das Bohnenkraut am Ende wieder herausnehmen.

Vor dem Servieren die knusprigen Speckstreifen unterheben.

Florian Wüllscheidt am 03. April 2023