

# Rinder-Filet, Kartoffel-Sellerie-Püree, Ratatouille

## Für zwei Personen

### Für das Rinderfilet:

2 Sch. Rinderfilet à 200 g	2 Knoblauchzehen	2 Zweige Rosmarin
Sonnenblumenöl	Salz	

### Für das Ratatouille:

1 kleine Zucchini	1 Aubergine	1 rote Paprika
1 gelbe Zwiebel	1 Knoblauchzehe	100 g gehackte Dosentomaten
5 getrocknete Tomaten	50 ml roter Portwein	1 EL flüssig Honig
1 EL dunkler Balsamicoessig	Sojasauce	½ TL gerebelter Thymian,
½ TL gerebelter Oregano	Olivenöl	Salz, Pfeffer

### Für die Sauce:

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
100 ml Sahne	150 ml Rinderfond	30 ml Cognac
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	1 EL bunte Pfefferkörner
3 TL eingel. grüne Pfefferkörner	2 TL helle Misopaste	Speisestärke

### Für das Kartoffel-Sellerie-Püree:

300 g festk. Kartoffeln	300 g Knollensellerie	100 ml Sahne
2 EL Butter	Muskatnuss	Salz

### Für das Rinderfilet:

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rosmarin waschen, trockenwedeln. Knoblauch abziehen und andrücken.

Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch salzen und je Seite jeweils eine Minute im heißen Öl scharf anbraten. Fleischthermometer im Fleisch fixieren, Rosmarin und Knoblauch auf dem Fleisch verteilen und anschließend im Ofen auf mittlerer Schiene ca. 30 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von 56 Grad garen. Filet vor dem Servieren salzen.

### Für das Ratatouille:

Gemüse waschen und trockentupfen. Paprika von Trennhäuten und Kernen befreien. Alles in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin anschwitzen. Knoblauch und Zwiebel hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse für circa 5 Minuten bei geringer Hitze braten. Mit Balsamico ablöschen und Honig dazugeben.

Mit Thymian und Oregano abschmecken und mit Portwein ablöschen.

Das Ganze 5 Minuten köcheln lassen. Dosentomaten und getrocknete Tomaten in einen hohen Messbecher geben und mit einem Pürierstab mixen. Anschließend zum Gemüse geben. Mit Sojasauce abschmecken.

### Für die Sauce:

Butter bei mittlerer Hitze im Topf schmelzen. Pfeffer im Mörser zerkleinern und anschließend in den Topf geben. Bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten anschwitzen. Zwiebel abziehen und grob klein schneiden.

Anschließend hinzufügen und kurz mitbraten. Mit Cognac ablöschen.

Knoblauch abziehen und mit dem Messerrücken andrücken. Kräuter waschen und trockenwedeln. Knoblauchzehe, Kräuter und Rinderfond hinzufügen. 10 Minuten köcheln lassen. Pürieren und danach durch ein Sieb lassen und auffangen. Sud mit der Sahne aufgießen. Grünen Pfeffer und etwas vom Wasser aus dem Glas zur Sauce geben und fein pürieren. Mit Speisestärke vermischten Cognac zur gewünschten Sämigkeit abbinden. Mit Misopaste abschmecken.

**Für das Kartoffel-Sellerie-Püree:**

Kartoffeln und Sellerie schälen, in kleine Stücke schneiden und in Salzwasser ca. 15 Minuten weichkochen. Anschließend abgießen und heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Sahne und Butter unterrühren und mit Muskat abschmecken.

Sindy Braun am 10. Juli 2023