

# Rinder-Filet mit Portwein-Jus, Süßkartoffel-Püree

## Für zwei Personen

### Für das Rinderfilet:

2 Rinderfiletsteaks à 180 g	2 EL Butter	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	3-4 EL Öl	Salz, Pfeffer

<b>Für das Süßkartoffelpüree:</b>	1 mittelgroße Süßkartoffel	2 Karotten
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
100 ml Mandelmilch	400 ml Gemüsefond	2 Zweige Thymian
1 EL neutrales Pflanzenöl	Muskatnuss	Salz, Pfeffer

<b>Für den Rosenkohl:</b>	400 g Rosenkohl	50 g gewürfelter Bacon
100 g Walnusskerne	1 EL Butter	1 EL Ahornsirup
1 EL Zucker	Muskatnuss, Salz	Pfeffer, Eiswasser

<b>Für die Jus:</b>	1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe
30 g kalte Butter	200 ml Portwein	100 ml Rotwein
50 ml dunkler Balsamico	200 ml dunkler Rinderfond	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 Lorbeerblatt	1 Prise brauner Rohrzucker
Stärke, Pflanzenöl	Salz, Pfeffer	

**Für das Rinderfilet:** Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rinderfilets parieren, säubern und trocken tupfen. Fleisch von beiden Seiten salzen, pro Seite für je 60-90 Sekunden in Öl scharf anbraten und aus der Pfanne nehmen. Im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene etwa 12 Minuten garen. Das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von 52 Grad erreichen. Dann herausnehmen. Butter in der Fleischpfanne zerlassen, Rosmarin- und Thymianzweig hinzugeben und das Fleisch darin nachbraten. Alle paar Sekunden mit der Butter arrosieren. Fleisch kurz ruhen lassen mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für das Süßkartoffelpüree:** Süßkartoffel, Karotten, Schalotten und Knoblauch schälen bzw. abziehen, in grobe Stücke schneiden und in Gemüsefond 15-20 Minuten garen.

Überschüssige Flüssigkeit abgießen und auffangen. Butter und etwas Mandelmilch hinzufügen. Alles mit dem Stabmixer pürieren. Falls das Püree zu fest sein sollte, etwas von der aufgefangenen Flüssigkeit hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und frisch gemahlener Muskatnuss abschmecken. Thymian fein hacken und Püree damit garnieren.

**Für den Rosenkohl:** Rosenkohl säubern, Strunk am unteren Ende abschneiden, äußere Blätter entfernen, Kohlköpfe halbieren. In gesalzenem, gezuckertem und gebuttertem Wasser 7 Minuten kochen. Anschließend in Eiswasser abschrecken, abtropfen lassen. Walnüsse grob hacken. Speck in einer Pfanne auslassen und krossbraten. Anschließend Rosenkohl und Walnüsse hinzugeben, mitrösten und mit einem Schuss Ahornsirup benetzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

**Für die Jus:** Knoblauch und Zwiebel abziehen, grob zerkleinern und in 1 EL Öl kurz anschwitzen. Mit Balsamico und Rotwein ablöschen und kurz einkochen lassen. Mit Portwein und Fond auffüllen. Thymian, Rosmarin und Lorbeerblatt dazugeben und alles bei hoher Hitze um etwa die Hälfte reduzieren.

1 TL Stärke in etwas kaltem Wasser anrühren. Reduktion abseihen und Sauce nochmals in einem Topf aufkochen lassen. Mit Stärke abbinden.

Hitze anschließend reduzieren. Sauce mit Salz, Zucker, Pfeffer abschmecken und von der Herdplatte nehmen. Gestückelte Butter in die Sauce geben und mit dem Pürierstab aufmixen.

Marcel Kramer am 04. März 2024