

# Rinder-Filet, Süßkartoffel-Püree, Spitzpaprika

**Für zwei Personen**

**Für das Rinderfilet:**

2 Rinderfilets, à 200 g	Butter	2 Zweige Rosmarin
Sonnenblumenöl	Meersalz	Salz
Pfeffer		

**Für den Süßkartoffelstampf:**

2 große Süßkartoffeln	10 g Parmesan	3 EL Butter
50 ml Sahne	150 ml Milch	1 Bund Schnittlauch
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

**Für die Spitzpaprika:**

2 große rote Spitzpaprika	150 g Feta	30 ml Kürbiskernöl
---------------------------	------------	--------------------

**Für die Garnitur:**

1 Bund glatte Petersilie	30 g Parmesan
--------------------------	---------------

**Für das Rinderfilet:**

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Einen zweiten Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rinderfilets salzen und pfeffern. In einer Pfanne mit Öl kurz von beiden Seiten anbraten, vom Herd nehmen, Butter hinzugeben und anschließend Filets mit Rosmarin für etwa 10-12 Minuten im Ofen garen. Mit Meersalz bestreuen.

**Für den Süßkartoffelstampf:**

Parmesan reiben. Süßkartoffeln schälen und im Salzwasser garen.

Abgießen, stampfen und mit Milch, Butter, Parmesan und Sahne vermengen, mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch kleinschneiden und drüber streuen.

**Für die Spitzpaprika:**

Salz, aus der Mühle Spitzpaprika halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und mit etwas Öl bestreichen. Feta in Stücke schneiden, Paprikahälften damit belegen und 15 Minuten in den Backofen geben. Mit Salz würzen.

**Für die Garnitur:**

Petersilie klein hacken und Parmesan hobeln. Beides als Garnitur verwenden.

Stefan Rietmann am 01. Juli 2024