

Rinder-Filet, Tomaten-Ragout, Rucola-Salat, Parmesan-Chip

Für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

350 g Rinderfilet am Stück 3 EL Olivenöl Salz, Pfeffer

Für das Tomaten-Ragout:

$\frac{1}{2}$ kg vollreife Cherrytomaten $\frac{1}{2}$ Stange Lauch 1 Zehe Knoblauch
70 ml lieblichen Weißwein 1 EL Zucker 1 Bund Basilikum
2 EL Olivenöl Salz Pfeffer

Für den Rucolasalat:

250 g Rucola 2 Radieschen 1 EL Estragonsef
5 EL Balsamicoessig 1 TL Zucker 5 EL Olivenöl
Salz Pfeffer

Für den Parmesanchip:

70 g Parmesan

Für den knusprigen Speck:

4 Kareespeck

Für die Garnitur:

70 g Sauerrahm

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Speck auf ein Backpapier legen und im vorgeheizten Ofen knusprig backen.

Für das Cherrytomaten-Ragout die Cherrytomaten waschen und halbieren. Lauchblätter putzen und Wurzelende entfernen. Knoblauch abziehen und mit dem Lauch klein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Lauch sowie Knoblauch leicht darin anschwitzen, Tomaten dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Dann mit Weißwein ablöschen und Gemüse weich dünsten. Zum Schluss Basilikum hacken und dazugeben.

Für das Rinderfilet 4 dünne Scheiben schneiden, weich klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend in einer Pfanne mit Öl ganz kurz anbraten, danach mit Olivenöl beträufeln.

Für den Salat Rucola waschen und trocken schleudern. Radieschen dünn schneiden und mit dem Rucola vermengen. Für das Dressing Olivenöl, Balsamicoessig, Salz, Pfeffer, Zucker, Estragonsef und eventuell etwas Wasser verrühren. Rucolasalat mit dem Dressing vermengen.

Für den Parmesanchip Parmesan reiben auf ein mit Backpapier belegtes Blech kreisförmig verteilen und in den Ofen geben bis der Käse geschmolzen und leicht Farbe annimmt.

Tomaten-Ragout auf Tellern anrichten, Rinderfiletscheiben darauf legen, Rucolasalat darüber geben. Mit knusprigem Speck, Parmesanchip und Sauerrahm garnieren und servieren.

Brigitte Quehenberger-Spreitz am 06. September 2016