

# Pfeffer-Rinder-Steak mit Kartoffel-Gratin, grünen Bohnen

Für 2 Personen

**Für das Kartoffel-Gratin:**

600 g festk. Kartoffeln	1 EL Butter	Salz, Pfeffer
1 Prise Muskat	150 ml Gemüsebrühe	50 g Sahne

**Für die Bohnen:**

100 g Coco-Bohnen	2 Schalotten	1 EL Olivenöl
300 ml Geflügelbrühe	100 g grüne Bohnen	Salz
50 g Féve Bohnenkerne	4 getrocknete Tomaten	3 EL Butter
1 Zweig Bohnenkraut	Piment d'Espelette	

**Für die Steaks:**

3 Schalotten	4 Rinderfiletsteaks (a 100 g)	2 EL grober Pfeffer
1 TL Butter	2 EL Sonnenblumenöl	Salz
2 cl Cognac	50 ml Gemüsebrühe	150 ml Weißwein
1 EL eingel. grüner Pfeffer	4 EL Crème-fraîche	

Für das Kartoffel-Gratin Den Backofen auf 200 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Kartoffeln waschen, schälen und die Kartoffeln in sehr feine Scheiben hobeln. Eine Gratinform mit der Butter einfetten. Die Kartoffeln einschichten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Gemüsebrühe und Sahne verrühren und über die Kartoffeln geben. Im heißen Ofen ca. 35 Minuten garen. Für die Bohnen Coco-Bohnen in reichlich kaltem Wasser, am besten über Nacht, einweichen. Schalotten schälen und fein schneiden. 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Schalotten darin andünsten. Abgeschüttete, eingeweichte Bohnen und die Brühe zufügen und weich kochen. Grüne Bohnen putzen. In kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten garen. Abgießen, in Eiswasser abschrecken, abtropfen lassen und klein schneiden. Féve-Bohnenkerne, in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten blanchieren, in Eiswasser abschrecken, abgießen und die äußere Haut entfernen. Getrocknete Tomaten fein würfeln. Butter in einem Topf erwärmen, Bohnen, Bohnenkerne, Tomaten, Bohnenkraut und 2 EL Gemüsebrühe zugeben. Mit Salz und Piment d'Espelette würzen und etwa 5 Minuten schmoren. Für die Steaks Schalotten schälen und fein würfeln. Rinderfiletsteaks trocken tupfen. Von beiden Seiten mit dem groben schwarzen Pfeffer bestreuen. Pfeffer mit dem Handballen andrücken. Butter und Öl in einer Pfanne erhitzen und die Steaks darin von beiden Seiten etwa 3 bis 4 Minuten knusprig braten. Zum Schluss etwas salzen. Den warmen Cognac angießen die Steaks darin kurz schwenken. Steaks aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Schalottenwürfel mit Gemüsebrühe und Wein zum Bratensatz geben und etwa auf ein Drittel einkochen lassen. Grünen Pfeffer und Crème-fraîche unterrühren. Alles bei starker Hitze unter Rühren einkochen lassen, bis eine cremige Sauce entstanden ist. Pfeffer-Sahnesauce mit den Steaks, Kartoffelgratin und Bohnen auf vorgewärmten Tellern anrichten. Berechnung ohne Kartoffelgratin

Karlheinz Hauser 18. Februar 2013