

Paillard vom Rinder-Filet, Morchel-Rahm, grüner Spargel

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

1 Rinderfilet à 250 g Olivenöl Salz, Pfeffer

Für den Morchel-Rahm:

150 g Morcheln 100 g Sahne 100 ml Kalbsfond
Olivenöl Salz Pfeffer

Für den Spargel:

120 g grüner Spargel 1 TL Butter Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

1 Kästchen Shiso-Kresse

Für das Fleisch:

Das Fleisch waschen, trockentupfen und in vier etwa 1 $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Die Grillpfanne auf dem Herd stark erhitzen, bis sie anfängt zu rauchen.

Das Fleisch salzen, pfeffern und mit Olivenöl bestreichen.

Die Filetmedaillons etwa 2 Minuten auf beiden Seiten scharf anbraten.

Für den Morchel-Rahm:

Die Morcheln sorgfältig putzen, mit lauwarmen Wasser waschen und trocknen. Die Stiele abschneiden und die Köpfe halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Morcheln darin etwa 2 Minuten anbraten. Salzen und pfeffern.

Sahne und Kalbsfond angießen und aufkochen lassen. Die Hitze reduzieren und bei niedriger Temperatur die Sauce reduzieren, so dass eine leichte Bindung entsteht.

Für den Spargel:

Den Spargel im unteren Drittel großzügig schälen. Den mittleren Teil mit einem Messer sorgfältig, aber dünn, schälen. Den Spargel in kochendem Wasser etwa zwei Minuten blanchieren und in Eiswasser abschrecken.

Die Spargelstangen trockentupfen, halbieren und in einer Pfanne mit Öl und Butter bei mittlerer Hitze anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Das Paillard vom Rind mit Morchel-Rahm und grünem Spargel auf Tellern anrichten, mit etwas Shiso-Kresse garnieren und servieren.

Nelson Müller am 19. Mai 2017