

Angus-Rinder-Filet im Kräuter-Parma-Wickel

Für 4 Personen

Angus-Rinderfilet:

500 g Angus-Rinderfilet	6 Scheiben Parma-Schinken	0,5 Bund Rosmarin
Meersalz	Pfeffer	Olivenöl

Meerrettichcreme:

4 EL Crème-fraîche	50 g Meerrettich, frisch	1 Zitrone
Salz		

Rotes Risotto:

300 g Risottoreis	1 Zwiebel	0,2 l Rotwein, trocken
1 l Gemüsefond	0,2 l Rote Betsaft	3 EL Butter
100 g Pecorino	Olivenöl	

Den Backofen auf 160 bis 180 Grad vorheizen.

Angus-Rinderfilet:

Rinderfilet mit Salz und Pfeffer würzen. Parma-Schinken auslegen und mit fein gehacktem Rosmarin bestreuen. Das Filet satt einrollen. In Olivenöl rundum circa fünf Minuten anbraten. Im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten garen, bis eine Kerntemperatur von 54 Grad erreicht ist. Unter Folie zehn Minuten ruhen lassen.

Meerrettichcreme:

Meerrettich reiben. Den Saft der Zitrone auspressen. Crème-fraîche mit frisch geriebenem Meerrettich und Zitronensaft mischen und mit Salz abschmecken.

Rotes Risotto:

Zwiebeln fein hacken und in Olivenöl andünsten. Reis begeben und kurz mitdünsten. Mit Rotwein ablöschen, nach und nach Gemüsebrühe begeben. Unter ständigem Rühren garen. Rote Betsaft, geriebenen Pecorino und Butter begeben und abschmecken. Risotto, Meerrettichcreme und das in Scheiben geschnittene Fleisch zusammen anrichten.

Andreas C. Studer am 19. Juni 2009