

Boeuf Bourguignon la version de luxe et rapide

Für 4 Personen

Boef-bourguignon:

2 Schalotten	2 Karotten	1 Zehe Knoblauch
4 EL Olivenöl	3 EL Mehl	1 EL Tomatenmark
1 TL Zucker	1 Flasche Rotwein	2 EL Demi Glace
600 g Rinderfilet, Charolais	15 Soßenzwiebeln	50 g Butter
0,5 Bund Petersilie	6 Scheiben Bauernspeck	150 g Champignons, klein
50 g Mehl	Salz	Pfeffer

Pommes Mousseline:

800 g Kartoffeln, mehlig	200 ml Sahne	Butter
Salz	Muskatnuss	

Den Backofen auf 130 Grad vorheizen.

Boef bourguignon:

Die Schalotten in Streifen und die Karotten schräg in dünne Scheiben schneiden. Den Knoblauch fein hacken. In zwei Esslöffel Olivenöl fünf Minuten andünsten. Tomatenmark und Mehl dazu geben, kurz anrösten und Zucker begeben. Mit Rotwein auffüllen, Demi Glace dazu geben und 30 Minuten im vorgeheizten Backofen garen. Rinderfilet in einen Zentimeter Würfel schneiden, in zwei Esslöffel heißem Oliveöl kurz anbraten, würzen und warm stellen. Soßenzwiebeln schälen und zehn Minuten in Salzwasser blanchieren. Speck in einen Zentimeter Streifen schneiden, Champignons vierteln, beides anbraten. Soßenzwiebeln und einen Esslöffel Butter dazugeben. Rotweinsöße mit Mehl-Butter abbinden: Mehl mit Butter mischen, wenig davon in die Soße rühren, bis eine gute Bindung entsteht. Fleisch dazu geben, kurz aufkochen und abschmecken. In tiefem Teller anrichten. Fein gehackte Petersilie zu Speck, Champignons und Zwiebeln geben. Über das Boef Bourguignon verteilen.

Pommes Mousseline:

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Sahne erhitzen. Die Kartoffeln stampfen und mit der Sahne verrühren. Etwas Butter hinzufügen und mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Tipp:

Mutige können das Rinderfilet auch mit einem Schuss Cognac flambieren und anschließend in die Rotweinsöße geben. Allerdings ist hierbei Vorsicht geboten!

Andreas C. Studer am 22. Januar 2010