

Rinder-Filet mit Holunder-Zwiebel-Marmelade, Kürbis-Ecken

Für vier Personen

Für die Kürbisecken:

| | | |
|-------------------|-------------------|-------------------|
| 1 Hokkaido-Kürbis | 2 EL Honig | 50 ml Olivenöl |
| 2 Knoblauchzehen | 2 Zweige Rosmarin | Meersalz, Pfeffer |

Für das Rinderfilet:

| | | |
|--------------------------|-------------------------------|------------------|
| 1 Rinderfilet, ca. 800 g | 1 TL Pfeffermischung, schwarz | 2 EL Olivenöl |
| 2 Zweige Rosmarin | 5 Zweige Thymian | 3 Knoblauchzehen |
| 30 g Butter | | |

Für die Marmelade:

| | | |
|------------------|-----------------|---------------------|
| 4 Zwiebeln, weiß | 1 Knoblauchzehe | 20 g Butter |
| 50 g Zucker | 1 Lorbeerblatt | 100 ml Holundersaft |
| 50 ml Rotwein | | |

Für das Püree:

| | | |
|--------------------------|--------------|--------------|
| 400 g Petersilienwurzeln | 2 Schalotten | 30 g Butter |
| 200 ml Gemüesfond | 100 ml Sahne | 1 Muskatnuss |
| 1 Zitrone | | |

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Den Kürbis waschen, halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch mit Schale in drei Zentimeter große Ecken schneiden und auf ein Backblech geben. Den Knoblauch schälen und grob hacken, die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen. Die Kürbisecken mit Honig und Olivenöl beträufeln, danach Knoblauch und Rosmarinnadeln darüber streuen. Mit grobem Meersalz würzen und im heißen Backofen 15 Minuten garen. Anschließend weitere 15 Minuten bei 130 Grad garen. Für das Rinderfilet die Pfeffermischung zerstoßen, die Knoblauchzehen ungeschält halbieren. Das Rinderfilet mit der Pfeffermischung großzügig rundum einreiben, salzen und in einer vorgeheizten Pfanne im heißen Olivenöl von allen Seiten anbraten. Kräuter und halbierte Knoblauchzehen mit ins Bratfett geben. Die Butter ebenfalls mit in die Pfanne geben und das Rinderfilet damit beträufeln. Das Ganze anschließend auf ein Backfengitter legen und dieses in den Backofen über die Kürbisecken setzen. Das Rinderfilet 20 bis 30 Minuten garen, dabei ein- bis zweimal wenden. Für die Zwiebelmarmelade die Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und klein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin fünf Minuten anbraten. Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen. Dann das Lorbeerblatt zugeben und mit dem Holundersaft und Rotwein ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Bei milder Hitze marmeladig einkochen lassen. Für das Püree die Petersilienwurzeln waschen, schälen und klein schneiden. Schalotten schälen und klein würfeln. Beides in der Butter anschwitzen. Mit Gemüesfond in einen Topf geben, aufkochen und bei mittlerer Hitze weich kochen. Sahne zugeben und das Ganze nochmals aufkochen. Das Gemüse herausheben, in einen Mixer geben und fein pürieren. Nach Bedarf den restlichen Garsud zugeben und zu einem glatten, feinen Püree verarbeiten. In den Topf zurückgeben und mit Salz und Muskat würzen. Den Saft einer halben Zitrone pressen und das Püree damit abschmecken. Zum Anrichten das Püree als Nocken auf den Teller geben, einige Kürbisecken dazulegen. Das Rinderfilet in Tranchen schneiden, mit Meersalz würzen und darauf legen. Die Zwiebelmarmelade neben dem Fleisch anrichten. Mit Meersalz bestreuen.

Johann Lafer am 26. Januar 2013