

Rinderfiletspitzen auf Zweigeltsoße mit Kartoffellaibchen und Röstgemüse

Zutaten für zwei Personen:

300 g Rinderfilet
2 Zwiebeln, gehackt
2 Teelöffel Tomatenmark
1/8 l Blauer Zweigelt
1/8 l Rinderbrühe
4 Kartoffeln, gekocht
1 Eigelb
200 g Gemüse, z. B. gekochte Karotten
und Champignons
Gehackte Petersilie, Maiskeimöl, Butter,
getrockneter Majoran, Muskatnuss, Salz,
Pfeffer aus der Mühle
Feldsalat, Salatgurkenscheiben
und Cocktailtomaten zum Garnieren

Zubereitung:

- ① **Rinderfilet:** Öl und Butter in eine Pfanne geben. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und im Ganzen in die heiße Pfanne geben. Von allen Seiten – nicht nur von oben und unten – kurz anbraten. Anschließend das Filet herausnehmen und zum Abtropfen auf einen Rost legen. Fett und Bratensaft nicht aus der Pfanne abgießen. Schließlich kommt das Fleisch für einige Minuten in den auf 190 Grad vorgeheizten Ofen zum Durchziehen.
- ② **Soße:** Die Hälfte der gehackten Zwiebeln in die Pfanne geben und kurz anschwitzen. Tomatenmark einrühren, mit Zweigelt und Rinderbrühe ablöschen und die Masse einreduzieren lassen. Schließlich einige Butterflocken in der Soße schmelzen lassen und die Soße abseihen.
- ③ **Kartoffellaibchen:** Die gekochten Kartoffeln pressen. Nochmals Öl und Butter in einer Pfanne heiß werden lassen und den Rest der Zwiebeln darin anschwitzen. Diese zusammen mit dem Eigelb zu der Kartoffelmasse geben. Mit Salz und Pfeffer würzen, etwas Petersilie darüberstreuen und die Masse verrühren. Schließlich noch Muskatnuss darüberreiben. Aus der Masse werden zunächst kleine Knödel geformt und diese dann zu einer Art Kartoffelpuffer, den Laibchen, flach gedrückt. Reichlich Öl in eine Pfanne geben und die Laibchen darin schwimmend braten, bis sie goldgelb werden. Nach kurzer Zeit wenden, herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
- ④ **Gemüse:** Wenig Öl in einer Pfanne heiß werden lassen. Das Gemüse hineingeben, mit Salz und Pfeffer würzen und mit einer Prise Majoran bestreuen.
- ⑤ **Anrichten:** Kartoffellaibchen, Gemüse und die Soße auf die Teller geben. Das Fleisch in Scheiben schneiden und auf der Soße anrichten. Das Gemüse mit Petersilie bestreuen. Mit Gurkenscheiben, Feldsalat und Cocktailtomaten dekorieren.



Tipps aus der Wiesenhof-Küche

Rinderfilet vor dem Anrichten einige Minuten liegen lassen. Auf diese Weise bindet sich der Saft im Inneren des Fleisches. Schneidet man das Fleisch hingegen sofort auf, rinnt der Saft heraus.

Zwiebeln in Öl und Butter anschwitzen. Auf diese Weise lässt sich größere Hitze erreichen als nur mit Butter. Wenn die Butter leicht braun wird, verleiht sie den Zwiebeln einen feinen, nussigen Geschmack.