

Filet Mignon im Speckmantel, Rotwein-Jus, Pilz-Ragout

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Rinderfilet-Medaillons à 160 g	6 Sch. Frühstücksspeck	Butter
Butterschmalz	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
Meersalz	Pfeffer	

Für die Jus:

2 rote Zwiebel	Butter	1 TL Balsamicoessig
150 ml kräftiger Rotwein	150 ml Rinderfond	Rapsöl
Ggf. Speisestärke	1 TL Zucker	Salz, Pfeffer

Für das Ragout:

200 g gemischte Pilze	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 EL Butter	50 ml Sahne	50 ml trockener Weißwein
1 TL Sojasauce	1 Zweig Petersilie	Salz, Pfeffer

Für die Spätzle:

3 Eier	1 EL Butter	120 g Mehl, 405
Salz		

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Filets leicht salzen, mit Speck umwickeln und mit Küchengarn fixieren.

In heißem Butterschmalz rundum kräftig anbraten, Kräuter zugeben.

Filets im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad garen.

Vor dem Servieren das Filet nochmals in der Pfanne mit Butter und Kräutern arrosieren.

Mit etwas Pfeffer und einer Prise Meersalz abschmecken.

Für die Jus:

Zwiebeln abziehen und hacken. In der Pfanne, in der zuvor das Fleisch gebraten wurde Zwiebeln in etwas Öl anrösten. Mit Rotwein ablöschen und Rinderfond zugießen. Die Flüssigkeit köcheln lassen und auf eine sämige Konsistenz reduzieren. Falls nötig die Sauce mit etwas Stärke abbinden. Mit Balsamico und den Gewürzen abschmecken und mit etwas Butter aufmontieren.

Für das Ragout:

Pilze putzen und in Stücke schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Petersilie hacken. Pilze in Butter kräftig anbraten, Zwiebeln und Knoblauch am Ende mit anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und kurz reduzieren. Sahne angießen und cremig einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Sojasauce abschmecken und mit Petersilie abrunden.

Für die Spätzle:

Mehl, Eier und Salz in einer Schüssel mit dem Holzlöffel schlagen bis der Teig Blasen wirft. Der Teig muss langsam und leicht zähflüssig vom Löffel fließen. 10 Minuten ruhen lassen. Spätzle mit dem Brett und dem Schaber in siedendes Salzwasser schaben. Evtl. in kaltem Wasser abschrecken und vor dem Anrichten in der Pfanne kurz mit Butter anbraten.

Kurt Daibenzeiher am 21. Oktober 2025