

Rinder-Filet mit Kräuter-Kruste und Bratkartoffeln

Für 2 Personen

400 g Rinderfilet	5 Kartoffeln, fest	150 g Prinzessbohnen
1 Ei	1 Zehe Knoblauch	1 Zwiebel, klein
3 Scheiben Toastbrot	0,5 Bund Petersilie, kraus	2 TL Kräutermischung
25 g Butter	Butterschmalz	Pfeffer, schwarz
Salz		

Den Backofen auf 180 Grad Ober- /Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel abziehen und würfeln. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Zwiebel glasig anbraten. Die Kartoffeln hinzugeben und goldbraun anbraten. Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Mit der Kräutermischung vermengen und mit Salz würzen. Das Fleisch mit der Kräutermischung einreiben. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch rundherum anbraten. Danach im Backofen garen lassen. Das Toastbrot fein reiben. Das Ei aufschlagen. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Das Ganze mit der Petersilie und der Butter in einer Schüssel verrühren. Das Rinderfilet mit der Kräuterkruste bestreichen und nochmals im Ofen garen. Die Prinzessbohnen in Salzwasser gar kochen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Auf Tellern anrichten und mit den Bratkartoffeln und Prinzessbohnen servieren.

Sigrid Dillmann am 01. März 2010