

Zartes Rinder-Filet mit Rösti-Karotten-Bäumchen

Für 2 Personen

350 g Rinderfilet	300 g Kartoffeln	3 Möhren
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	150 ml Rinderfond
300 ml Portwein	100 ml Gemüsefond	2 EL Balsamico-Essig
100 ml Schlagsahne	2 EL Honig	3 Zweige Rosmarin
Mehl	Pflanzenöl	Muskatnuss
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, fein reiben und mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen. Anschließend etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen, aus der Kartoffelmasse Rösti formen und darin anbraten. Die Möhre von den Enden befreien, schälen und der Länge nach in dünne Streifen schneiden. Die Zwiebel anschließend abziehen und klein schneiden. Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig andünsten. Die Möhre dazu geben. Anschließend das Ganze mit der Hälfte des Gemüsefonds ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Honig hinzufügen. Den Rosmarin abzupfen. Anschließend den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Rinderfilet zusammen mit dem Rosmarin und dem Knoblauch darin scharf anbraten. Das Filet anschließend in den Backofen geben und fertig garen. Den Fleischsaft in der Pfanne mit dem Portwein und dem übrigen Gemüsefond vermengen und mit etwas Mehl zu einer Soße aufschlagen. Abschließend mit Pfeffer und Salz abschmecken. Das Rinderfilet mit den Rösti und den Möhrenstreifen auf Tellern anrichten und mit der Soße garnieren.

Isabell Goldhammer am 18. August 2010