

Rinder-Filet, Bratkartoffeln mit Bohnen im Speck-Mantel

Für 2 Personen

2 Rinderfilet-Medaillons, a 160 g	500 g grüne Bohnen	200 g festk. Pellkartoffeln
6 Scheiben Bauchspeck	1 Zwiebel	40 g Speckwürfel
2 Knoblauchzehen	0,5 Bund glatte Petersilie	2 Thymianzweige
2 Rosmarinzweige	2 EL Olivenöl	150 ml Rinderfond
125 ml Rotwein	50 g eiskalte Butter	1 EL Butterschmalz
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die Bohnen in kochendes Salzwasser geben und acht Minuten kochen, so dass sie noch bissfest und knackig sind. Sofort in Eiswasser abschrecken. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Den Speck in Würfel schneiden. Etwas Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Speckwürfel darin kurz anbraten, die Zwiebel zugeben und glasig dünsten. Beides aus der Pfanne nehmen. Die Kartoffeln pellen und in fünf Millimeter dicke Scheiben schneiden. Das restliche Butterschmalz in der Pfanne erhitzen und die Kartoffeln bei mittlerer Hitze rundherum knusprig braten. Die Rinderfilets waschen und trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch in einer heißen Pfanne auf beiden Seiten für je drei Minuten kräftig anbraten, dann herausnehmen. Den Knoblauch abziehen. Die Rinderfilets in Alufolie wickeln und den Knoblauch, den Thymian und den Rosmarin dazugeben. Das Fleisch im Ofen ruhen lassen. Den Bratensatz mit dem Rotwein ablöschen, den Rinderfond hinzugeben und einkochen lassen. Immer ein paar Bohnen mit dem Speck umwickeln, in der Pfanne kurz knusprig anbraten und danach auf ein Backblech legen. Diese zum Fleisch in den Backofen geben und zehn bis fünfzehn Minuten backen, bis der Speck schön knusprig ist. Anschließend die Sauce mit eiskalter Butter binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Speck und die Zwiebeln wieder zu den Kartoffeln geben. Unter Wenden zwei Minuten mitbraten. Die Petersilie hacken und ebenfalls zu den Kartoffeln geben. Das Rinderfilet auf einem Teller anrichten und die Bratkartoffeln dazu geben. Mit der Sauce garnieren und servieren.

Andreas Hollerbach am 27. Dezember 2010