

Rinder-Filet a la Café de Paris

Für 2 Personen

2 Rinderfilets a 180 g	4 festk. Kartoffeln	2 Karotten
1 Kohlrabi	3 Frühlingszwiebel	100 g Champignons
1 Zucchini	0,5 Bund Radieschen	3 Zehen Knoblauch
1 Zitrone	1 Bund glatte Petersilie	300 g Butter
4 EL Café de Parisgewürz	3 EL scharfer Senf	2 TL Ketchup
250 ml Sahne	150 ml Gemüsefond	3 EL Cognac
Butterschmalz	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln in Salzwasser gar kochen, allerdings nicht ganz weich. Anschließend die Kartoffeln abkühlen lassen, schälen und in Würfel schneiden. Die Karotten, die Champignons, die Radieschen und die Zucchini waschen und in kleine Stücke schneiden. Den Kohlrabi schälen und klein schneiden. Die Frühlingszwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Die Petersilie fein hacken. In einem Topf etwas Butterschmalz erhitzen und die Frühlingszwiebeln und den Knoblauch zwei Minuten andünsten. Anschließend die Karotte dazu geben. Nach weiteren drei Minuten den Kohlrabi dazugeben. Schließlich alles mit der Gemüsebrühe ablöschen und dünsten. Nach ein paar weiteren Minuten die Champignons, die Zucchini, die Radieschen und die Kartoffeln dazugeben, gut vermischen und alles bissfest garen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken und die Petersilie dazugeben. Für die Sauce die restlichen zwei Knoblauchzehen abziehen und sehr fein hacken. Die Rinderfilets in einer Pfanne mit Butterschmalz auf beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend das Fleisch in den Ofen geben. Die Zitrone halbieren und auspressen. In derselben Pfanne die Butter schmelzen lassen. Den Knoblauch, den Senf, das Ketchup, den Cognac, den Zitronensaft und das Café de Parisgewürz mit in die Pfanne geben, verrühren und etwas köcheln lassen. Schließlich die Sahne dazugeben und alles noch etwas köcheln lassen. Die Filets mit dem Gemüse und der Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Carsten Schiefelbein am 08. Juni 2011