

# Rinder-Filet mit Rotwein-Zwiebel-Soße, Zuckerschoten

## Für zwei Personen

200 g Rinderfilet	4 feste Kartoffeln	1 Tomate
50 g Zuckerschoten	3 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
2 Zweige Thymian	2 EL flüssiger Honig	175 ml Rotwein
200 ml Gemüsefond	2 EL Balsamicoessig	75 g kalte Butter
Erdnussöl, Butter	Zucker, Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser garkochen. Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Etwas Erdnussöl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und zum Garen in den Ofen geben. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Thymian zupfen. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und den Knoblauch und die Zwiebeln darin dünsten. Mit dem Rotwein ablöschen, den Gemüsefond und den Thymian zugeben. Die Soße einköcheln lassen. Die kalte Butter einrühren und mit Balsamico-Essig, Honig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zuckerschoten in kochendem Wasser blanchieren und anschließend kalt abschrecken. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Zuckerschoten darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schale der Tomate so schälen, dass sie sich zu einer Rose formen lässt. Die Kartoffeln abgießen und Salzen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und mit den Kartoffeln, der Soße, der Rose und den Zuckerschoten auf Tellern anrichten und Servieren.

Silvia Meemann am 27. August 2012