

Böhmischer Rinder-Braten von Rinder-Filet

Für zwei Personen

300 g Rinderfilet	200 g Bandnudeln	1 Sellerie
2 Karotten	1 Zwiebel	1 Zitrone
250 ml Sahne	3 EL Crème-fraîche	500 ml Rinderfond
2 EL Tomatenmark	2 Zweige Thymian	1 Lorbeerblatt
1 EL Preiselbeeren	Olivenöl, Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die Bandnudeln in Salzwasser gar kochen. Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in einer heißen Pfanne in etwas Olivenöl scharf anbraten. Anschließend das Fleisch mit Salz und Pfeffer abschmecken und in Alu-Folie einwickeln. Das Fleisch für circa 15 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Den Sellerie waschen, schälen und circa ein Viertel des Selleries klein schneiden. Die Zwiebel abziehen und die Karotte schälen. Beides klein schneiden und mit dem Sellerie zusammen in einer mit Öl erhitzten Pfanne anbraten. Nach und nach den Rinderfond dazu gießen und ein Lorbeerblatt mit in die Sauce geben. Den Thymian waschen, trocken tupfen und mit in die Pfanne geben. Anschließend das Lorbeerblatt wieder entfernen und den Pfanneninhalt mit einem Stabmixer pürieren. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Sahne dazu gießen und die Sauce mit etwas Tomatenmark, Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Zitronensaft abschmecken. Das Rinderfilet aus dem Ofen nehmen und aus der Alu-Folie auspacken. Das Rinderfilet auf einem Teller anrichten und die Sauce großzügig darüber geben. Einen Esslöffel Crème-fraîche auf die Sauce geben und mit einigen Preiselbeeren garnieren. Anschließend die Bandnudeln daneben anrichten und alles servieren.

Daniel Punzelt am 18. Februar 2013