

# Rinder-Filet mit Pfeffer-Soße und Pommes frites

## Für zwei Personen

2 Rinderfilets à 180 g	400 g festk. Kartoffeln	2 Scheiben Frühstücksspeck
1 Schalotte	1 TL kalte Butter	125 ml Portwein
2 EL trockener Rotwein	1 Lorbeerblatt	1 TL grüne Pfefferkörner
2 Zweige Thymian	2 EL Himbeeressig	Frittierfett
1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Die Kartoffeln schälen, in Streifen schneiden, waschen, trockentupfen und in die Fritteuse geben. Die Schalotte abziehen, fein schneiden und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Olivenöl anschwitzen. Anschließend leicht salzen, das Lorbeerblatt, den Thymian, den Himbeeressig und den Portwein dazugeben. Aufkochen lassen und die Flüssigkeit dickflüssig einkochen. Das Lorbeerblatt und den Thymian entfernen, im Anschluss den grünen Pfeffer untermischen. Die Rinderfilets waschen, trocken tupfen mit einer Speckscheibe ummanteln und diese mit einem Zahnstocher oder Küchengarn fixieren. Die Medaillons mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne von jeder Seite jeweils circa drei Minuten braten. Anschließend die gebratenen Filetstücke aus der Pfanne nehmen, in Alufolie packen und fünf Minuten darin ruhen lassen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Rotwein lösen, im Anschluss den vom Fleisch ausgetretenen Saft mit in die Pfanne geben und die Zwiebel-Pfeffersauce dazu geben, anschließend mit kalter Butter verfeinern. Die Rinderfilets mit der Pfeffersauce und den selbstgemachten Pommes auf Tellern anrichten und servieren.

Volker Schneewolf am 12. März 2014