

Chateau briand, Pfeffer-Soße, Bohnen, Möhren, pommes

Für zwei Personen

Für das Chateaubriand:

500 g Chateaubriand neutrales Pflanzenöl Salz, Pfeffer

Für das Gemüse:

250 g kleine Möhren 250 g Bohnen 10 Scheiben Speck
Zucker Butter Salz

Für die Pommes frites:

500 g festk. Kartoffeln Frittieröl Salz

Für die Sauce:

1 Zwiebel $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe 250 ml Crème-fraîche
250 ml brauner Bratenfond 250 ml trockener Weißwein 2 EL eingel. Pfefferkörner
 $\frac{1}{2}$ TL Rosenpaprika 1 TL Butter Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

1 Zwiebel $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe 250 ml Crème-fraîche
250 ml brauner Bratenfond 250 ml trockener Weißwein 2 EL eingelegte Pfefferkörner
 $\frac{1}{2}$ TL Rosenpaprika 1 TL Butter Salz, Pfeffer

Für das Chateaubriand:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Chateaubriand in einer Pfanne mit Öl von allen Seiten scharf anbraten und für ca. 30 Minuten in den Backofen geben. Anschließend in Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Gemüse:

Die Möhren schälen, Enden von den Bohnen abschneiden und das Gemüse in kochendes Salzwasser geben. Wenn die Bohnen noch leicht bissfest sind, aus dem Wasser nehmen. Die Bohnen in kleine Bündel unterteilen, jeweils mit 1-2 Scheiben Speck umwickeln und in der Pfanne anbraten.

In einer weiteren Pfanne die Möhren mit Butter und Zucker karamellisieren.

Für die Pommes frites:

Die Fritteuse mit dem Frittieröl auf 160 Grad vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Kartoffelscheiben in der Fritteuse vorfrittieren. Die Kartoffelscheiben ein zweites Mal in der Fritteuse bei 180 Grad goldbraun frittieren. Mit Salz würzen.

Für die Sauce:

Knoblauchzehe und Zwiebel abziehen und klein schneiden. Knoblauch in einer Pfanne mit Butter und Rosenpaprika glasig anschwitzen. Mit Weißwein und Pfefferkörnern ablöschen, fast völlig reduzieren und einkochen lassen. Bratenfond und Crème fraîche dazugeben und auf die benötigte Menge reduzieren lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Chateaubriand mit Bohnen im Speckmantel, Möhren und den belgischen Fritten mit Pfefferrahmsauce auf Tellern anrichten und servieren.

Jeremy Hons am 10. pril 2017