

Rinder-Filet in Cognac-Pfeffer-Soße mit Spitzkohl-Polenta

Für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfilets á 200 g 20 g Butterschmalz

Für Cognac-Pfeffer-Sauce:

1 Gemüsezwiebel 1 Karotte 100 ml Weinbrand
250 ml Rinderfond 2 TL eingel. Pfefferkörner 20 g Butterschmalz
Salz Pfeffer

Für Spitzkohl-Polenta:

150 g Spitzkohl 1 Chilischote 40 g Maisgrieß
200 g Crème fraîche 20 g Parmesan 2 EL Butter
2 Stiele glatte Petersilie Muskatnuss Salz, Pfeffer

Für karamellierte Tomaten:

175 g Cocktailtomaten 2 Knoblauchzehen 2 EL Olivenöl
3 EL Balsamicoessig 1 EL Zucker Salz, Pfeffer

Für das Rinderfilet:

Den Ofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Rinderfilets waschen und trocken tupfen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Fleisch von beiden Seiten ca. 2-3 Minuten anbraten.

Für Cognac-Pfeffer-Sauce:

Die Zwiebel und Karotte schälen und in grobe Stücke schneiden. In heißem Butterschmalz kräftig in einer Pfanne anbraten. Mit Weinbrand ablöschen und Rinderfond angießen. Ohne Deckel 5-8 Minuten einkochen lassen. Fond durch ein Sieb in einen Topf gießen und Pfefferkörner hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für Spitzkohl-Polenta:

Den Spitzkohl waschen, trockentupfen und in Stücke schneiden. 1 EL Butter in einem großen Topf schmelzen und Kohl darin anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. 175 ml Wasser und Crème fraîche dazugeben und zum Kochen bringen. Maisgrieß einrühren und kurz aufkochen. Chili halbieren, Scheidewände und Kerne entfernen und das untere Viertel fein hacken. Vom Herd nehmen und 10 Minuten quellen lassen. Parmesan reiben und mit der restlichen Butter und Chili unterheben. Petersilie abrausen, trockenwedeln, fein hacken und Polenta damit bestreuen.

Für karamellierte Tomaten:

Die Tomaten waschen und halbieren. Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen. Tomaten, Zucker und Knoblauch zugeben. Kurz scharf anbraten und karamellisieren lassen. Mit Essig ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Deborah Krex am 11. Juni 2018