

Rinder-Filet-Steak mit Pilzen, Kartoffel-Stampf, Salat

Für zwei Personen

Für das Steak:	2 Rinderfiletsteaks	1 Knoblauchzehe
100 g Butter	300 g Butterschmalz	Salz, Pfeffer
Für die Pilze:	100 g Seitlinge	100 g braune Champignons
50 g Butter	1 Zweig glatte Petersilie	Salz, Pfeffer
Für den Stampf:	300 g Kartoffeln	1 Hokkaido-Kürbis (300 g)
100 g Butter	2 EL Milch	1 Zweig Estragon
1 Scheibe Ingwer	2 Pimentkörner	1 Muskatnuss
1 Lorbeerblatt	1 TL Curry	Salz, Pfeffer
Für den Salat:	1 Chicorée-Kopf	50 g Feldsalat
1 Möhre	1 rote Frühlingszwiebel	1 Apfel
1 Zitrone	10 rote Weintrauben	1 TL Pinienkerne
1 EL weißer Balsamico-Essig	$\frac{1}{2}$ TL Dijon Senf	2 EL Leinöl
Salz, Pfeffer		
Für die Garnitur:	10 Kirschtomaten	1 Zweig glatte Petersilie

Für das Steak: Den Backofen auf 90 Grad Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Das Steak in Butterschmalz von jeder Seite und idealerweise auch auf den Seiten anbraten. Nach einer Minute pro Seite wenden und für ca. 20 Minuten in den Backofen legen. Wenn die Pfanne etwas abgekühlt ist, Butter hineingeben. Vor dem Servieren das Steak noch einmal in der gebräunten Butter schwenken. Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und den Anrichte-Teller damit einreiben. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und auf den vorgewärmten Teller geben.

Für die Pilze: Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erwärmen und die Pilze in der Butter anbraten. Petersilie abbrausen, klein hacken und zur Butter geben. Pilze über das Fleisch geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Stampf: Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Kürbis schälen, von Kernen befreien und in Stücke schneiden. Lorbeerblatt abzupfen. Estragon abbrausen, trockenwedeln und mit einem Mörser klein reiben.

Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Kartoffeln und Hokkaido in kaltem Wasser mit Pimentkörnern, Lorbeerblatt und Ingwer mit reichlich Salz zum Kochen bringen. Einige Kürbis-Stücke als Reserve zur Seite legen, sollte der Stampf zu fein sein. Den Rest mit Butter, Milch, Muskat und Curry abschmecken. Den Estragon mit einem Mörser klein reiben und unter die Masse rühren. Alles mit einem Kartoffel-Stampfer zerstampfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Salat: Frühlingszwiebel abziehen und klein hacken. Salatblätter und Chicoree waschen und trocken schleudern. Möhre und Apfel waschen, von Enden und Kernen befreien und fein raspeln. Weintrauben waschen und halbieren. Zitrone waschen, trocken tupfen, halbieren, auspressen und Saft auffangen. Aus Zwiebel, Essig, Öl, Senf und Zitronensaft eine Sauce rühren und die Salatblätter, Weintrauben und Apfel-Möhren-Raspeln kurz darin schwenken. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pinienkerne anrösten und drüberstreuen. Alles in ein Chicorée-Blatt geben.

Für die Garnitur: Tomaten waschen, vierteln und über das Gericht streuen. Petersilie abbrausen, abzupfen und über das Gericht streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Annegret Eisenberg am 14. Oktober 2019