

Kartoffel-Püree, Möhren-Salat, Rinderfilet-Streifen

Für zwei Personen

Für das Püree:

300 g lila Kartoffeln 200 g Butter 50 ml Milch

Muskatnuss Salz Pfeffer

Für das Fleisch:

350 g Rinderfilet 1 Knoblauchzehe 40 g Butter

2 Zweige Rosmarin 2 Zweige Thymian 2 Zweige Salbei

1 EL neutrales Öl Salz Pfeffer

Für die Sauce:

1 Möhre 1 Zwiebel 1 EL Sahne

10 g Butter 50 g Rotwein 300 ml heller Geflügelfond

15 g Tomatenmark $\frac{1}{2}$ edelsüßes Paprikapulver Salz

Für den Salat:

300 g violette Möhren 40 g Brombeeren 4 Zweige Thai-Basilikum

1 EL Weißweinessig 1 EL Olivenöl $\frac{1}{2}$ TL Zucker

Salz

Für die Garnitur:

Lila Kresse

Für das Püree:

Die Kartoffeln schälen und klein schneiden. In gesalzenem Wasser garkochen, abgießen und gegarte Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken. Restliche Zutaten hinzufügen und fein abschmecken.

Für das Fleisch:

Rinderfilet von allen Seiten salzen.

In der heißen Pfanne in Öl von beiden Seiten anbraten, Butter, Knoblauch und Kräuter gleichzeitig in der Pfanne schwenken und das Fleisch immer wieder mit der aromatisierten Butter übergießen (jede Seite ca. 3 Minuten). Fleisch aus der Pfanne nehmen, in Alufolie verpacken und ca.

10 Minuten ruhen lassen. Später pfeffern.

Für die Sauce:

Zwiebel abziehen. Möhre schälen. Beides im Multi-Zerkleinerer klein hacken und in der Butter in der Pfanne vom Rinderfilet anschwitzen.

Wein, Geflügelfond, Tomatenmark, Paprikapulver und Salz zugeben, aufkochen und köcheln lassen. Sahne dazu geben und mit einem Pürierstab pürieren.

Für den Salat:

Möhren schälen und mit Hilfe eines Spiralschneiders zu Spaghetti abdrehen. Öl, Essig, Salz und Zucker vermengen und mit Möhren verkneten.

Brombeeren halbieren und unter den Salat heben. Mit Thai-Basilikum garnieren.

Für die Garnitur:

Lila Kresse als Garnitur verwenden.

Marina Engelhardt am 30. Oktober 2024