

Rinder-Filet, Rotwein-Soße, Blumenkohl-Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

400 g Rinderfilet, am Stück	1 Knoblauchzehe	1 EL Butterschmalz
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	Salz, Pfeffer

Für die Rotweinsauce:

2 Schalotten	100 g Zartbitterschokolade, 70%	1 EL Butter
2 EL Quittengelee	400 ml trockener Rotwein	400 ml Rinderfond
1 TL Speisestärke	1 Prise Zimt	1 EL brauner Zucker
Salz	Pfeffer	

Für das Kartoffel-Püree:

500 g mehligk. Kartoffeln	1 kl. Kopf Blumenkohl	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft
80 g Butter	200 ml Milch	Muskatnuss
Salz	Weißer Pfeffer	

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Filets mit Salz und Pfeffer würzen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Filets rundherum scharf anbraten. Angedrückte Knoblauchzehe und Kräuter hinzugeben. Das Fleisch anschließend im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad weitergaren.

Für die Rotweinsauce:

Schalotten abziehen, fein würfeln und in Butter glasig dünsten, Zucker dazugeben und leicht karamellisieren. Mit Rotwein ablöschen, auf ein Drittel einkochen lassen. Fond zugeben und erneut reduzieren.

Schokolade zerbrechen und einrühren. Mit Zimt, Salz und Pfeffer abschmecken. Quittengelee unterrühren. Sauce passieren und ggf. mit Speisestärke abbinden. Bis zum Servieren warmhalten.

Für das Blumenkohl-Kartoffel-Püree:

Kartoffeln schälen, würfeln und 20 Minuten in Salzwasser weichkochen. Blumenkohl in kleine Röschen teilen. In leicht gesalzenem Wasser 8-10 Minuten bissfest garen.

Wasser abgießen und ausdampfen lassen. Mit Butter und heißer Milch stampfen. Mit Muskat, Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Warm halten.

Lucas Czaja am 21. Juli 2025