

Rinder-Filet, Portwein-Jus, Süßkartoffel-Püree, Mais

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Rinderfilets à 250 g Olivenöl Salz, Pfeffer

Für die Jus:

2 Karotten	2 Stangen Lauch	3 Schalotten
4 Knoblauchzehen	50 g Butter	400 ml dunkler Portwein
400 ml Rotwein	800 ml Rinderfond	200 g Tomatenmark
3 Lorbeerblätter	5 Nelken	3 Zweige Rosmarin
3 Zweige Thymian	Speisestärke	Salz, Pfeffer

Für das Püree:

1 große Süßkartoffel	200 ml Sahne	200 g Butter
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für den Mais:

100 g Popcornmais	10 Babymaiskölbchen	50 g Butter
100 ml Sojasauce	50 g dunkle Misopaste	100 g Zucker

Salz

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Filet beidseitig scharf anbraten.

Anschließend im Ofen 15 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad weitergaren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Jus:

Karotten schälen und kleinschneiden. Lauch putzen und klein schneiden.

Schalotten abziehen und hacken. Knoblauch abziehen und hacken. Im Bratensud des Fleisches das Gemüse und Tomatenmark anrösten. Mit Rotwein und Portwein mehrmals ablöschen und immer wieder verkochen lassen. Rinderfond hinzugeben und aufkochen lassen. Schaum mit einer Kelle abschöpfen und die Temperatur runterstellen. Gewürze und Kräuter hinzugeben und einige Minuten mit Deckel köcheln lassen. Zum Schluss durch ein Sieb passieren und ggf. pürieren. Mit Speisestärke abbinden.

Jus mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Püree:

Süßkartoffel schälen und in kleine Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser 15 Minuten weichkochen. Wasser abgießen. Butter in einem Topf schmelzen und die Süßkartoffel mit einer Kartoffelpresse dazugeben. Soviel Sahne mit einem Kochlöffel einrühren, bis das Püree die gewünschte Konsistenz hat. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Für den Mais:

Sojasauce und Misopaste in einem Topf erhitzen, reduzieren und einen Lack für die Maiskölbchen herstellen.

Butter in einem Topf erhitzen. Zucker hinzugeben und karamellisieren lassen. Mit dem Popcornmais ein süßes Popcorn herstellen.

Christian Kriegl am 29. September 2025