

Rinder-Filet, Balsamico-Schalotten, Sellerie-Stampf

Für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfilets, 4-5 cm dick	Butter	2 EL Olivenöl
5 Zwg. Zitronenthymian	Salz	Pfeffer

Für die Thymian-Butter:

50 g Butter	$\frac{1}{2}$ Bund Zitronenthymian	Salz, Pfeffer
-------------	------------------------------------	---------------

Für die Balsamico-Schalotten:

10 Schalotten	Butter	Olivenöl
150 ml dunkler Balsamico	5 TL Zucker	

Für den Selleriestampf:

$\frac{1}{2}$ Sellerieknolle mit Grün	4-5 EL Butter	150 ml Sahne
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für die Selleriewürfel:

Selleriewürfel, von oben	Butter	Salz, Pfeffer
--------------------------	--------	---------------

Für das Selleriegrün:

Selleriegrün, von oben	Butter	Salz
------------------------	--------	------

Für den Salat:

100 g Feldsalat	40 ml Balsamicoessig	50 ml Olivenöl
1 Prise Zucker	Salz	Pfeffer

Für das Rinderfilet:

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Filet salzen und in einer heißen Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten kräftig anbraten. Zitronenthymian und Butter zugeben. Je nach Dicke sind es 2-3 Minuten. Dann im heißen Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 55 Grad ziehen lassen. Vor dem Servieren ruhen lassen und mit Pfeffer würzen.

Für die Thymian-Butter:

Butter mit einer Gabel zerdrücken. 2 EL klein gehackten Thymian untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Danach kurz in die Kühlung geben.

Für die Balsamico-Schalotten:

Schalotten abziehen, vierteln und in etwas Butter und Olivenöl anschwitzen. Mit 1-2 TL Zucker karamellisieren. Mit Balsamicoessig ablöschen und zu einer Sirupartigen Sauce einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ggf. mit Zucker abschmecken.

Für den Selleriestampf:

Sellerie schälen, das Grün beiseitelegen, den Rest grob würfeln. 1/3 der Würfel beiseitelegen. Den Rest in leicht gesalzenem Wasser weichkochen. Dann abgießen und mit Butter und Sahne zusammen zerstampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für die Selleriewürfel:

Selleriewürfel in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Selleriegrün:

Selleriegrün in einer Pfanne in Butter knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Für den Salat:

Feldsalat gründlich waschen und trockenschleudern. Ggf. etwas kleiner zupfen. Balsamicoessig, Öl und Zucker mit einem Pürierstab aufmontieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salat vor dem Servieren mit Dressing anmachen.

Angela Röschinger am 24. November 2025