

Gedämpftes Rinder-Filet mit Butter-Spargel und Sößchen

Für vier Portionen

| | | |
|------------------------------|----------------------------|------------------------|
| 4 Stk. Rinderfilets, à 180 g | 0,5 Bund Liebstöckel | 0,5 Bund Thymian |
| 0,5 Bund Schnittlauch | 0,5 Bund Petersilie, glatt | 3,5 Ltr. Rinderfond |
| 1 kg Spargel, grün und weiß | 2 TL Zucker | 1 Zitrone, unbehandelt |
| 50 g Kerbel | 230 g Butter | 2 Eier (Klasse M) |
| 4 EL Weißwein, trocken | Meersalz, Salz | Pfeffer, schwarz |
| Pfeffer, weiß | | |

Den Spargel abbrausen und von den holzigen Enden befreien. Den weißen Spargel ganz, den grünen nur im unteren Drittel schälen und in etwa fünf Zentimeter lange Stücke schneiden. In einem breiten flachen Topf 50 Gramm Butter erhitzen. Die Spargelstücke dazugeben, mit dem Zucker bestreuen und mit Salz würzen. Mit geschlossenem Deckel etwa 20 Minuten bissfest dünsten. Die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Anschließend den Kerbel abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Den Spargel zwei Minuten vor Garende mit dem Zitronenabrieb, dem gehackten Kerbel, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rinderfond in einem Topf mit Dämpfeinsatz zum Kochen bringen. Den Thymian sowie den Liebstöckel abbrausen und den Dämpfeinsatz damit auslegen. Die Rinderfilets waschen, trocken tupfen, beidseitig mit Salz würzen. Anschließend das Fleisch in den Einsatz mit den Kräutern legen und in den nur noch siedenden Rinderfond geben. Die Kochplatte ausschalten und die Filets etwa 15 Minuten garziehen lassen. Das Fleisch sollte dabei ausreichend mit dem Fond bedeckt sein und das Sieb sollte nicht direkt den Topfboden berühren. Die übrige Butter in einem Topf erhitzen, das gelbe Butterfett von der weißen Molke abgießen und beiseite stellen. Die Eier trennen. Anschließend das Eigelb zusammen mit dem Weißwein in einer Metallschüssel über einem heißen Wasserbad dicklich aufschlagen. Anschließend von der Herdplatte nehmen und die Butter tröpfchenweise unterschlagen, bis eine schöne cremige Soße entstanden ist. Mit Salz, weißem Pfeffer und dem Zitronensaft würzen. Den Schnittlauch sowie die Petersilie anschließend abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden und die Petersilie fein hacken. Abschließend die Rinderfilets aus dem Einsatz holen, in Tranchen aufschneiden, mit reichlich feingehackten Kräutern und groben Meersalz bestreuen. Das Fleisch mit dem Spargel und der Buttersoße auf Tellern anrichten und servieren.

Horst Lichter am 07. April 2012