

Rinder-Filet im Schinken-Mantel, Polenta, Paprika-Creme

Für vier Portionen

Für das Rinderfilet:

12 dünne Scheiben Rinderfilet	12 Zweige Oregano	2 EL süßer Senf
12 Scheiben Parma-Schinken	Pflanzenöl, Salz	Pfeffer, Kräuter

Für die Polenta:

150 g Geflügelfond	75 g Polenta	2 EL Thymianblättchen
25 g Butter	Salz, Chili	

Für die Paprikacreme:

2 rote Paprika	200 g Schalotten	1 EL Akazienhonig
Speisestärke	Salz, Chili	

Für die Garnitur:

Olivenöl	Majoran Zweige	
----------	----------------	--

Für das Filet:

Oregano von den Stielen zupfen. Die Scheiben mit süßem Senf bestreichen, Blättchen darauf streuen und einschlagen. Mit Schinken umwickeln und mit jeweils ein bis zwei Zahnstochern fixieren. Pflanzenöl erhitzen, Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten zwei bis drei Minuten scharf anbraten. Danach Kräuter zugeben, durchschwenken und ohne Hitze vier bis fünf Minuten ruhen lassen.

Für die Polenta:

Geflügelfond zum Kochen bringen und Polenta und Thymianblättchen einrühren. Anschließend in eine mit Backpapier ausgelegte Form geben, circa einen Zentimeter dick aufstreichen und kalt werden lassen. Danach in Ecken schneiden und von beiden Seiten goldbraun anbraten. Mit Salz und Chili würzen. Paprika entkernen, vierteln und in Streifen schneiden. Schalotten schälen, halbieren und ebenso schneiden. Honig erhitzen beides zugeben, mit Salz und Chili würzen und langsam einkochen lassen. Gegebenenfalls mit Stärke bestäuben und dann fein pürieren. Zum Servieren die Paprikacreme auf die Teller verteilen und das Filet darauf legen. Polenta-Ecken darauf verteilen und mit Majoran und Olivenöl vollenden.

Johann Lafer am 06. September 2014