

Überbackenes Rinder-Filet auf Bandnudeln, Paprika-Rahm

Für vier Portionen

4 Rinderfiletmedaillons, à 200 g	Salz, Pfeffer	2 EL Olivenöl
50 g Butter	50 g Semmelbrösel	1 Eigelb
2 EL Röstzwiebeln	1 TL Paprikapulver edelsüß	250 g Bandnudeln
2 rote Paprikaschoten	2 gelbe Paprikaschoten	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl	100 ml Weißwein
150 ml Sahne	1 Bund Schnittlauch	50 g Parmesan

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen.

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne im heißen Olivenöl von beiden Seiten anbraten. Im Backofen auf der mittleren Schiene 15 Minuten garen. In der Zwischenzeit die Butter schaumig rühren, Semmelbrösel, Eigelb, Röstzwiebeln und Paprikapulver untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Reichlich Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen, salzen und die Bandnudeln darin bissfest garen.

Paprika waschen, halbieren, entkernen und klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das gesamte Gemüse darin anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und die Sahne angießen. Den Paprikarahm mit Salz und Pfeffer würzen und sämig einkochen lassen.

Die Buttermischung auf den Rinderfiletmedaillons verteilen. Die Grillfunktion (230 Grad) des Backofens einschalten und die Rinderfilets zwei bis drei Minuten überbacken.

Die Bandnudeln abgießen und im Paprikarahm schwenken. Schnittlauch fein schneiden und über die Bandnudeln streuen. Die Bandnudeln in tiefen Tellern anrichten. Die überbackenen Rinderfiletmedaillons darauf legen und mit frisch gehobeltem Parmesan bestreuen.

Horst Lichter am 09. Januar 2016