



Rinderfilet mit Rhabarber und Rotweinsauce

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

40
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Personen

600 g Rinderfilet
 500 g Rhabarber
 120 g Zuckerschoten
 3 Esslöffel Dijon-Senf (grobkörnig)
 2 Esslöffel Sahne-Meerrettich
 120 ml Rotwein (z.B. Pinot Noir)
 100 g Zucker
 4 Esslöffel Sonnenblumenöl
 Rote Rettich-Kresse (zum Garnieren)
 Meersalz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Adaptiert nach einem Rezept von Jill Duplex.

Rhabarber ist nicht nur in süßen Desserts ein gern gesehener Gast. Leicht karamellisiert und in Rotwein gebadet, ist er auch eine erstklassige Begleitung zu saftigem Rinderfilet und bringt mit seiner leichten Säure das gewisse Etwas auf den Teller.

- 1 -

Den Ofen auf 220 °C vorheizen.

- 2 -

Senf und Sahne-Meerrettich vermengen. Abdecken und in den Kühlschrank stellen.

- 3 -

Rhabarber waschen, Strunk und Spitzen entfernen und die Stangen in ca. 8 cm lange Stücke schneiden. In eine Auflaufform legen, mit Rotwein übergießen und den Zucker darüberstreuen.



- 4 -

Das Rinderfilet mit Sonnenblumenöl einreiben und großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Bratrost für 10 Minuten in den vorgeheizten Ofen schieben.



- 5 -

Die Temperatur des Ofens auf 190 °C reduzieren. Die Auflaufform mit dem Rhabarber mit zu dem Fleisch auf den Grillrost stellen und beides für weitere 15 Minuten garen.

- 6 -

In der Zwischenzeit in einem Topf leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und die Zuckerschoten darin kurz blanchieren (1-2 Minuten). Alternativ können Sie die gesalzenen Schoten auch in einem Topf mit Dämpfeinsatz für ca. 3-4 Minuten im Dampf garen.

- 7 -

Nach Ablauf der Garzeit das Fleisch aus dem Ofen holen. Ggf. die Kerntemperatur des Fleisches mit einem Bratenthermometer an der dicksten Stelle kontrollieren (60 °C für medium). Das Fleisch in Alufolie einwickeln und ziehen lassen. Rhabarber mit einem Schaumlöffel aus der Form nehmen, auf einen Teller legen und in der Resthitze des Ofens warmhalten.

Rinderfilet mit Rhabarber und Rotweinsauce



- 8 -

Den Rotwein-Rhabarber-Sud aus der Auflaufform in einen Topf umfüllen, aufkochen und einreduzieren, bis er leicht andickt (ca. 3 Minuten).

- 9 -

Das Fleisch in Scheiben schneiden und zusammen mit Zuckerschoten und Rhabarber auf die Teller verteilen. Den Rhabarber mit Rotweinsauce übergießen, das Fleisch mit der Meerrettich-Senf-Sauce beträufeln. Mit Rettich-Kresse garniert servieren.