

Sauerbraten vom Rinderfilet

🕒 ca. 60 Minuten

👥 4 Portionen

🍴 etwas Übung erforderlich

Zutaten (4 Portionen)

Fleisch und Sauce

800g Rinderfilet
1 Packung Wurzelgemüse
1 Zweig Rosmarin
100ml Balsamico Essig (dunkel)
250ml Rotwein
1 Zehe Knoblauch
2 EL Tomatenmark

Spargel-Pilzgemüse

250g grüner Baby-Spargel
250g Champignons
4 Stück Eier
150ml Milch
1 Stück Zwiebel
1 Bund Petersilie

Pumpernickelknödel

250g geschnittene Semmeln
250g Pumpernickel
4 Stück Eier
150 ml Milch
1 Stück Zwiebel
1 Bund Petersilie

Weinsauce

250g Preiselbeeren
100ml Rotwein

weitere Zutaten

Salz, Pfeffer, Zucker, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren, Rosmarin, Petersilie, Mehl (zum Binden), Öl (zum Anbraten)

Zubereitung

1. Fleisch einlegen

- Rinderfilet abtropfen und parieren.
- Das Wurzelgemüses klein schneiden und die Hälfte mit Rotwein, Balsamicoessig, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren in einem Topf zum Kochen bringen und vom Herd nehmen.
- Den Sud mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
- Fleisch für 12 Stunden in den Sud einlegen.

2. Fleisch zubereiten

- Rinderfilet abtropfen und parieren.
- Das Wurzelgemüses klein schneiden und die Hälfte mit Rotwein, Balsamicoessig, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren in einem Topf zum Kochen bringen und vom Herd nehmen.
- Den Sud mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
- Fleisch für 12 Stunden in den Sud einlegen.

3. Sauce

- Das restliche geschnittene Wurzelgemüse in einem Topf anbraten
- Tomatenmark zugeben und anrösten, zwei- bis dreimal mit Portwein deglacieren (ablöschen) und mit dem Sud aufgießen
- Anschließend alles miteinander aufkochen, pürieren und zu einer Sauce abschmecken
- Bei Bedarf abbinden und mit Sahne oder Creme fraiche verfeinern.

4. Preiselbeer-Infusion

- Zucker, Rotwein und Preiselbeeren einkochen
- Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Zucker
- Alles fein mixen
- Anschließend in Pipetten füllen

5. Pumpernickelknödel

- Pumpernickel in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel mit Semmelbröseln geben
- Zwiebel würfeln und mit Milch glasig kochen
- Die Milch mit den Zwiebeln über die Semmel-Pumpernickelmischung schütten, Eier und gehackte Kräuter zugeben, dabei mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und kneten
- Die Masse zu kleineren Würsten formen und in Frischhaltefolie einwickeln
- Die Enden länger lassen und diese miteinander verknoten
- Anschließend die Knödel in kochendes Wasser geben und 20 min leicht sieden lassen
- Kurz vor dem Servieren die Knödel aus dem Wasser nehmen, auspacken und in Scheiben schneiden

6. Spargel-Pilzgemüse

- Pilze vierteln, Thaispargel in 1cm lange Stücke schneiden
- Pfanne mit Olivenöl erhitzen (Nicht zu heiß, Olivenöl wird bei zu starker Hitze bitter)
- Das Gemüse in der Pfanne braten und mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und frischen Kräuter würzen.

7. Anrichten

- Spargel-Pilzgemüse in die Mitte des Tellers geben
- Knödelscheiben an das Gemüse legen
- Fleisch in eine 3 cm dicke Scheibe schneiden und auf den Teller legen
- Sauce an das Fleisch gießen und die Infusion um den Teller ziehen.

Mehr Infos, Bilder & Videos
findest du auf
www.kochduett.de

