

Man braucht für 6 Personen:

- 1 stk Rinds - Filet am Stück
- 1 stk Schalotte
- 1 el Tomatenpüree
- 5 dl kräftigen Rotwein
- 2 stk Rüebli
- 100 gr Selleri
- 1 stk Lauchstange klein
- 1 el Bratbutter
- 4 stk Knoblauchzehen
- 2 stk Tyhmianzweige
- 1 el Butter
- 2 stk Salbeizweige
- 2 dl Kalbsfond
- 2 stk Rosmarinzweige
- 80 gr Butter, kalt
- 1 tl Zucker
- Salz und Pfeffer



Zubereitung:

Die Schalotten schälen und in Scheiben schneiden. Rüebli und Selleri rüster und in Würfel schneiden. Den Lauch waschen und in Ringe schneiden. Den Ofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen. Das Rindsfilet mit Salz und Pfeffer würzen. In der heissen Bratbutter rundum insgesamt je nach Dicke 5-7 Minuten anbraten. Den ungeschälten Knoblauch, die Kräuterzweige und die erste Portion Butter die letzten 2 Minuten beifügen und mit dem Filet mitbraten, dabei einige Male das Fleisch mit Bratfett und Kräutern übergiessen. Dann sofort mit den Kräutern und dem Knoblauch auf die vorgewärmte Platte geben und im 80 Grad heissen Ofen je nach gewünschter Garstufe 1½ Stunden (blutig) bis 1¾ Stunden (rosa) nachgaren lassen.

Im Bratensatz das vorbereitete Gemüse andünsten. Das Tomatenpüree beifügen und mitrösten, dann mit Kalbsfond sowie Rotwein ablöschen. Die Lorbeerblätter dem Rand entlang mit einer Schere einschneiden und beifügen. Zuerst alles zugedeckt 10 Minuten kochen lassen. Dann den Deckel entfernen und die Sauce gut zur Hälfte einkochen lassen. Die Sauce durch ein Sieb giessen, dabei die Rückstände gut auspressen. In die Pfanne zurückgeben und auf 1 dl einkochen lassen. Unmittelbar vor dem Servieren die Sauce nochmals aufkochen. Die kalte Butter in Würfel schneiden, Stück für Stück beifügen und einziehen lassen; die Sauce soll leicht binden. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Rindsfilet in etwa 1 cm dicke Scheiben aufschneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Sauce umgiessen.

Als Beilage passen Nudeln oder ein Risotto.

Das Gastro-Metzg Team wünscht " en Guete "

