

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 21. Oktober 2025 ▪**  
**„Rezepte-Tausch“ mit Cornelia Poletto**



Thomas Bößem kocht das Gericht von Kurt Daibenzeiher

**Filet Mignon im Speckmantel, Rotwein-Zwiebel-Jus, Pilz-Ragout und Spätzle**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Fleisch:**

2 Rinderfilet-Medaillons à 160 g  
 6 Scheiben Schwarzwälder Frühstücksspeck  
 Butter, zum Arrosieren  
 Butterschmalz, zum Anbraten  
 2 Zweige Rosmarin  
 2 Zweige Thymian  
 Fleur de Sel, zum Würzen  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Filets leicht salzen, mit Speck umwickeln und mit Küchengarn fixieren. In heißem Butterschmalz rundum kräftig anbraten, Kräuter zugeben. Filets im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von ca. 54 Grad garen. Vor dem Servieren das Filet nochmals in der Pfanne mit Butter und Kräutern arrosieren. Mit etwas Pfeffer und einer Prise Fleur de Sel abschmecken.

**Für die Jus:**

2 rote Zwiebel  
 Butter, zum Binden  
 1 TL Balsamicoessig  
 150 ml kräftiger Rotwein  
 150 ml Rinderfond  
 Rapsöl, zum Anbraten  
 Ggf. Speisestärke, zum Binden  
 1 TL Zucker  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und hacken. In der Pfanne, in der zuvor das Fleisch gebraten wurde Zwiebeln in etwas Öl anrösten. Mit Rotwein ablöschen und Rinderfond zugeben. Die Flüssigkeit köcheln lassen und auf eine sämige Konsistenz reduzieren. Falls nötig die Sauce mit etwas Stärke abbinden. Mit Balsamico und den Gewürzen abschmecken und mit etwas Butter aufmontieren.

**Für das Ragout:**

200 g gemischte Pilze, z.B. Champignons, Kräuterseitlinge und Pfifferlinge  
 1 Schalotte  
 1 Knoblauchzehe  
 1 EL Butter  
 50 ml Sahne  
 50 ml trockener Weißwein  
 1 TL Sojasauce  
 1 Zweig Petersilie  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pilze putzen und in Stücke schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Petersilie hacken. Pilze in Butter kräftig anbraten, Zwiebeln und Knoblauch am Ende mit anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und kurz reduzieren. Sahne angießen und cremig einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Sojasauce abschmecken und mit Petersilie abrunden.

**Für die Spätzle:** Mehl, Eier und Salz in einer Schüssel mit dem Holzlöffel schlagen bis der Teig Blasen wirft. Der Teig muss langsam und leicht zähflüssig vom Löffel fließen. 10 Minuten ruhen lassen. Spätzle mit dem Brett und dem Schaber in siedendes Salzwasser schaben. Evtl. in kaltem Wasser abschrecken und vor dem Anrichten in der Pfanne kurz mit Butter anbraten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.