

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 15. September 2020 ▪
Vorspeise mit Johann Lafer



Reinhard Billig

Surf 'n' Turf: Rinderfilet mit Kräuter-Topping und Garnelen in Kräuter-Sud

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

200 g Rinderfilet
 100 g Mascarpone
 1 Bund Petersilie
 1 Bund Schnittlauch
 1 Bund Basilikum
 3 Zweige Dill
 1 Prise Chilipulver
 Butterschmalz, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen 220 Grad Grillfunktion vorheizen.

Die Kräuter abbrausen, trockenwedeln und fein hacken, die Hälfte für den Kräuter-Sud zurückbehalten. Den Rest unter die Mascarpone rühren. Mit Salz, Pfeffer und mit Chilipulver würzen.

Die Mascarpone-Kräuter-Mischung in eine Auflaufform geben und im Backofen 3-5 Minuten gratinieren bis die Oberfläche leicht braun ist.

Das Rinderfilet waschen, trockentupfen, in vier Stücke schneiden und in Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin scharf ca. 1,5 Minuten von jeder Seite anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Herausnehmen und warm stellen. Den Bratenansatz für den Kräuter-Sud aufbewahren.

Für die Carabineros:

4 Carabineros, im Ganzen
 (alternativ Garnelen)
 8 Kirschtomaten
 1 Knoblauchzehe
 4 Schalotten
 1 Zitrone
 100 ml Gemüfefond
 3 EL Calvados
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Carabineros im Ganzen mit Schale, Kopf und Schwanz in einer Pfanne in Olivenöl mit einer Knoblauchzehe kurz anbraten, bis sie glasig sind.

Zitrone auspressen und mit Zitronensaft leicht beträufeln. Tomaten ebenfalls kurz anbraten.

Für den Sud Knoblauch abziehen und andrücken, die Zwiebeln abziehen und hacken. Beides im aufbewahrten Bratenansatz vom Rinderfilet anschwitzen. Calvados zugeben und zu einem Sud einkochen. Fond und die übrige Hälfte der Kräuter hinzufügen und einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Steaks und die Carabineros in einer Auflaufform anrichten und den Mascarpone-Gratin auf dem Steak verteilen. Sud und die Tomaten dazugeben.



Laut WWF sollten Sie auf Garnelen zurückgreifen, die aus der Bioaquakultur oder aus der Zucht der Zero-Input Systeme aus Südostasien (außer Indien) stammen und beim Kauf auf eine **ASC-, Bio- oder Naturland-Zertifizierung** achten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.