

RINDERFILET MIT GLASIERTEN PASTINAKEN

6 Portionen

von Andrea

ZUTATEN

6 Rindermedaillons à 150 g

½ Wirsingkohl (ca. 1 kg)

1 Zwiebel

100 ml Wasser

70 g Butter

50 ml Sahne

Salz, Pfeffer

geriebene Muskatnuss

800 g Pastinaken

2 EL Honig

4 EL Öl

4 EL Cognac

100 ml Gemüsebrühe

150 g Creme fraiche

ZUBEREITUNG

1. Den Wirsing putzen und in Streifen schneiden.
2. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.
3. 50 g Butter in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel andünsten, dann den Kohl dazugeben und kurz mitdünsten.
4. Das Wasser und die Sahne dazugeben, alles aufkochen, mit Salz und Muskatnuss würzen und im geschlossenen Topf etwa 15 Minuten dämpfen.
5. Den Ofen auf 125 Grad Ober-Unter-Hitze vorheizen.
6. Die Pastinaken waschen, abtrocknen und der Länge nach halbieren.
7. 20 g Butter in einer Pfanne erhitzen und die Pastinaken ca. 4 Minuten lang kräftig anbraten. Anschließend salzen und mit Honig glasieren.
8. Die Pastinaken nun für 20 Minuten im heißen Ofen weitergaren lassen.
9. Die **Filetscheiben** kalt abbrausen, trockentupfen und mit Salz würzen.
10. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die **Fleischscheiben** von jeder Seite ca. 3 Minuten scharf anbraten.
11. Danach die **Rindermedaillons** pfeffern und in eine Auflaufform setzen, diese in den heißen Ofen stellen und das **Fleisch** neben den Pastinaken für 15 Minuten medium garen.
12. Den Bratsatz mit Cognac ablöschen, auf- und kurz einkochen; Gemüsebrühe und Creme fraiche einrühren und die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.
13. Die **Filetscheiben** mit den glasierten Pastinaken und der Cognac-Soße servieren.



FAMILIENMETZGEREI
hausner

NATÜRLICH OBERPFALZ!

