

Filetsteak mit Pfeffer-Sauce, Kartoffel-Plätzchen und Speck-Bohnen

 happy-mahlzeit.com/2021/08/05/filetsteak-mit-pfeffer-sauce-kartoffel-plätzchen-und-speck-bohnen

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Rinderfilet am Stück
- Butterschmalz
- grobes Meersalz
- Schwarzer Pfeffer

Für die Pfeffer-Sauce:

- 1 Knoblauchzehe
- 1 Schalotte
- 1 EL eingelegter, grüner Pfeffer
- 1 EL bunte Pfefferkörner
- 100 ml Rinderfond
- 150 ml Sahne
- 50 ml Cognac
- 2 EL Speisestärke
- Olivenöl
- Salz

Für die Kartoffel-Plätzchen:

- 200 g mehligkochende Kartoffeln
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Scheiben Bacon
- 50 g Grieß
- 1 Bund Petersilie
- 1 Ei
- 1 Prise Chilipulver
- Olivenöl
- Butter
- Muskatnuss
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Für die Speck-Bohnen:

- 200 g Prinzessbohnen
- 8 Scheiben Bacon

Zubereitung:

Backofen auf 100°C Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Kartoffel-Plätzchen die Kartoffeln schälen, grob würfeln und in Salzwasser gar kochen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Bacon klein schneiden. Schalotten häuten, fein hacken und gemeinsam mit dem Bacon in der Pfanne anschwitzen. Petersilie von den Stängeln zupfen, grob hacken, mit in die Pfanne geben, kurz schwenken und die Pfanne von der Platte ziehen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Rinderfilet von beiden Seiten kurz scharf anbraten. Anschließend im Ofen bis zum gewünschten Garpunkt zu Ende garen.

Die Pfanne mit dem Bratansatz für den späteren Gebrauch beiseite stellen.

Für die Sauce Schalotte und Knoblauch häuten und fein hacken. Die Pfanne mit dem Bratansatz des Rinderfilets wieder erhitzen. Knoblauch und Schalotten zusammen mit dem eingelegten Pfeffer in die Pfanne geben. Mit Cognac und Fond ablöschen und kurz aufkochen lassen. Hitze wieder reduzieren und etwas einkochen lassen. Die getrockneten, bunten Pfefferkörner leicht zerstoßen und mit in die Pfanne geben. Sahne hinzugeben und erneut etwas einkochen lassen. Die Sauce durch ein Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Bohnen in kochendem Salzwasser kurz blanchieren und unter kaltem Wasser abschrecken. Jeweils 5 – 6 Bohnen in 1 Scheibe Bacon einwickeln und in einer heißen Pfanne von allen Seiten kurz anbraten.

Die gegarten Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel geben. Angeschwitzte Schalotten, Bacon und Petersilie aus der Pfanne mit in die Schüssel geben und unterheben. Ei trennen und das Eigelb sowie den Grieß ebenfalls unter die Kartoffelmasse rühren. Den Kartoffelteig auf Mehl dick ausrollen und zu kleinen Plätzchen formen. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffel-Plätzchen darin von beiden Seiten goldgelb anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Rinderfilet mit Pfeffer-Sauce, Kartoffel-Plätzchen und Speck-Bohnen auf Tellern anrichten und servieren.

Rezept: Jan Beßel

Quelle: Die Küchenschlacht vom 3. August 2016

Episode: Das perfekte Steak