

Rezept Rinderfilet mit Pfifferlingen

Ein sehr leckeres Essen, durch die Pfifferlinge wird es optisch als auch geschmacklich aufgewertet.

Zutaten:

4 Rinderfilets á 180 Gramm
400 g Grüne Bohnen
4 Scheiben durchwachsener Speck
20 g Butter
4 EL Rapsöl
Salz
Pfeffer
200 g Pfifferlinge
250 ml Rinderfond
1 TL Zitronensaft
20 g kalte Butter

Zubereitung:

Die Bohnen und die Pfifferlinge putzen.

Mit Hilfe von Zahnstochern die Rinderfilets fest mit dem Speck umwickeln und feststecken.

Wenig Salzwasser zum Kochen bringen und die Bohnen circa 12 Minuten darin garen, anschließend abgießen und in eine Schüssel geben.

Die 20 g Butter schmelzen und über die Bohnen gießen.

Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen.
Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Rinderfilets scharf anbraten lassen, danach die Hitze etwas kleiner drehen und die Filets von beiden Seiten etwa 5 Minuten garen lassen.
Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken, aus der Pfanne nehmen. Und die Rinderfilets warm stellen.

Die Pfifferlinge kurz in zerlassener Butter oder Rapsöl anschwemmen und den Zitronensaft und den Rinderfond hinzufügen und auf etwa die Hälfte reduzieren bzw. einkochen lassen.
Anschließend mit der kalten Butter binden und nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Rinderfilets mit Pfifferlingen auf dem Teller anrichten, Soße darüber gießen und mit den Bohnen und den Pfifferlingen anrichten.

Für Rinderfilets mit Pfifferlingen eignen sich Salz-Kartoffeln als Beilage.

Zurück zu den Fleischrezepten

Zurück zu den Regionalen Rezepten