



Rinderfilet in Barolo pochiert

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Eine interessante Zubereitungsvariante, wieder einmal etwas Anderes

Zutaten

- 4 gleichmäßig geschnittene Rinderfilet - Steaks à 180 g
- Für den Pochierfond:
 - 2 Schalotten, fein gewürfelt
 - 0,3 l Barolo
 - 0,1 l Portwein
 - 0,1 l Madeira
 - 1 Gläschen gute Rinderbrühe, selber gekocht oder aus dem Supermarkt
 - 1 Thymianzweig
 - 1 Rosmarinzweig
 - 5 - 6 angedrückte Pfefferkörner
 - 1 Lorbeerblatt
 - 1 El Zucker
 - Etwas Butterschmalz
- Für das Petersilienwurzelpüree:
 - 800 g Petersilienwurzeln
 - 2 Schalotten, gewürfelt
 - 400 ml heller Geflügelfond / Brühe
 - 2 Bund glatte Petersilie, gehackt
 - 150 g Crème Fraiche
 - 100 ml Sahne
 - 1 Tl Butter
 - Etwas Muskatnuss, Salz, Pfeffer
- Für das Kartoffelstroh:
 - 1 große Kartoffel
 - Pflanzenöl, Frittierfett
 - Salz

Zubereitungsart

Schritt1

Das Petersilienwurzelpüree:

Schritt2

Zunächst die Petersilienwurzeln waschen und dünn schälen.

Schritt3

Die Schalotten in etwas Butter anschwitzen und die Petersilienwurzeln dazu geben, salzen, pfeffern und mit einem Strich Muskatnuss würzen. Mit dem Geflügelfond aufgießen und die Wurzeln weich kochen.

Schritt4

Mit einer Schaumkelle heraus nehmen und mit dem Zauberstab fein pürieren.

Schritt5

Die Creme fraiche und etwas Sahne dazu geben und auf die gewünschte Konsistenz verkochen.

Schritt6

Kurz vor dem Servieren die gehackte Petersilie unterheben und noch einmal mit dem Zauberstab zu einem „giftgrünen“ Pürée verarbeiten, nachschmecken.

Schritt7

Das Rinderfilet:

Schritt8

Die Schalotten in etwas Butterschmalz glasig anschwitzen.

Schritt9

Den Zucker dazu geben, alles zusammen etwas karamelisieren lassen

Schritt10

Mit dem Barolo, dem Portwein und Madeira aufgießen, die Kräuter und Gewürze hinzu fügen.

Schritt11

Bei konstant 80° C halten und die küchenfertigen Rinderfilets einlegen. 25 - 30 min. pochieren, hin und wieder wenden.

Schritt12

Danach in Alufolie einschlagen und bei 80 C im Backofen heiß halten.

Schritt13

Die Soße:

Schritt14

Den Pochierfond fast völlig reduzieren, dann mit der Fleischbrühe aufgießen. Aufkochen, nachschmecken, ev. leicht mit etwas Speisestärke "sämig" binden.

Schritt15

Das Kartoffelstroh:

Schritt16

Die große, geschälte Kartoffel in möglichst dünne Streifen schneiden oder hobeln. Unter fließendem Wasser abspülen, um die Kartoffelstärke zu entfernen.

Schritt17

Auf Küchenkrepp trocknen und in 180° C heißes Pflanzenöl geben. mit einer Fleischgabel rühren und gleichmäßig bräunen.

Schritt18

Mit einer Schaumkelle heraus fangen und auf Küchenkrepp ablaufen lassen, etwas salzen.

Schritt19

Anrichtevorschlag:

Schritt20

Die Rinderfilets aus der Folie in brauner Butter von beiden Seiten anbraten, etwas frisch gemahlener Pfeffer darüber geben.

Schritt21

In 3 - 4 Scheiben aufschneiden und an / auf dem Petersilienwurzelpürrée anrichten.

Schritt22

Das Kartoffelstroh "on Top" garnieren und die Soße drum herum verteilen.

Schritt23

Rezeptart: Rindfleisch **Tags:** kartoffelstroh

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/rinderfilet-in-barolo-pochiert/>