

## Rezept

# Rinderfilet auf Feigen-Anis-Sauce

Ein Rezept von Rinderfilet auf Feigen-Anis-Sauce, am 25.04.2024

## Zutaten

<b>75 g</b> getrocknete Feigen	1/4 l Orangensaft
<b>2</b> Schalotten (ca. 40 g)	<b>1 TL</b> Anissamen
<b>30 g</b> Walnusskerne	<b>4</b> kleine frische Feigen
<b>2</b> Stängel Minze	<b>3 EL</b> Butter
<b>4</b> Rinderfilets (à 50-60 g)	<b>1 EL</b> Öl
Salz	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
Zitronensaft	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal

## Zubereitung

1. Die getrockneten Feigen würfeln, im Orangensaft ca. 30 Min. einweichen. Inzwischen die Schalotten schälen und fein würfeln. Anis in einer Pfanne ohne Fett trocken rösten, bis er duftet. Abkühlen lassen und fein mahlen. Die Walnusskerne ebenfalls ohne Fett trocken rösten, abkühlen lassen und hacken.
2. Die frischen Feigen vorsichtig abreiben. Mit einem scharfen Messer an der Spitze kreuzweise einritzen. Die Schale bis zur Hälfte abziehen, das sichtbare Fruchtfleisch kreuzweise einschneiden und etwas auseinander drücken, so dass eine »Blüte« entsteht. Die Minze abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen.
3. Die Schalotten in der Hälfte der Butter 2 Min. andünsten, Orangensaft und Feigenwürfeln zugeben und 12-15 Min. köcheln lassen, dabei öfter umrühren. Mit dem Pürierstab pürieren.
4. Die Filets trockentupfen. In einer heißen Pfanne im Öl und der restlichen Butter von jeder Seite 2 Min. braten. Herausnehmen, salzen und pfeffern und warm halten. Den Bratsatz mit 1-2 EL Wasser lösen. Die Feigensauce zugeben und aufkochen. Mit Anis, Salz und einigen Spritzern Zitronensaft abschmecken. Walnusskerne unterrühren.
5. Zwei Drittel der Sauce auf 4 kleinen Tellern verteilen, die Filets darauf setzen. Auf jedes Filet einen kleinen Klecks Sauce und die frischen Feigen setzen. Mit Minzeblättchen dekorieren.