

Rezept

Gefülltes Filet im Speckmantel

Ein Rezept von Gefülltes Filet im Speckmantel, am 09.06.2026

Zutaten

75 g Macadamianüsse	3 Wacholderbeeren
1 großes Bund Petersilie	Salz
Steakpfeffer	6-7 EL Olivenöl
200 g Kirschtomaten	4 dicke Filetsteaks vom Rind (je 200–250 g)
100 g Bacon (Frühstücksspeck in dünnen Scheiben)	200 ml trockener kräftiger Weißwein (z. B. Grauburgunder; ersatzweise kräftige Fleischbrühe)
Küchengarn	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 795 kcal

Zubereitung

1. Etwa zwei Drittel der Macadamianüsse hacken. Die Wacholderbeeren mit einem großen Messer fein schneiden oder im Mörser zerdrücken. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Einige Blättchen zum Garnieren beiseitelegen, die restlichen fein hacken. Gehackte Nüsse, Wacholderbeeren und die Hälfte der gehackten Petersilie mit wenig Salz, etwas Steakpfeffer und 4 EL Olivenöl mischen. Die Tomaten waschen.
2. Die Rinderfilets mit Küchenpapier gut trocken tupfen. In jedes Filet mit einem scharfen Messer eine möglichst tiefe Tasche einschneiden. Die Nuss-Petersilien-Mischung in die Taschen füllen. Die Filets mit den Händen wieder in Form drücken und gleichmäßig formen. Jedes Filet am Rand mit zwei Scheiben Bacon umwickeln und mit Küchengarn festbinden. Den restlichen Bacon fein würfeln.
3. Das übrige Öl in einer schweren Pfanne stark erhitzen. Die Filets darin von jeder Seite ca. 1 Min. scharf und braun anbraten. Mit einem Pfannenwender umdrehen, mit Salz und Steakpfeffer würzen.
4. Die Hitze reduzieren, die Filets noch insgesamt 6-8 Min. (je nach gewünschtem Garzustand) braten, zwischendurch noch zweimal wenden. Zuletzt den gewürfelten Bacon mit in die Pfanne geben und knusprig braten. Die Filets anrichten, das Küchengarn entfernen und den Speck darübergaben. Zugedeckt im 80° warmen Backofen warm halten.
5. Sofort die Tomaten und die übrigen Macadamianüsse in der Pfanne schwenken und die übrige gehackte Petersilie einrühren. Den Wein in die Pfanne gießen und den Bratensatz unter Rühren lösen, etwas einkochen und abschmecken, am Rand über die Filets geben. Mit den Petersilienblättchen garnieren.