

Rezept

Rinderfilet auf andalusische Art

Ein Rezept von Rinderfilet auf andalusische Art, am 05.12.2025

Zutaten

600 g	Rinderfilet	50 g	Edelbitter-Schokolade (70 % Kakao)
6 EL	Olivenöl	3 EL	Semmelbrösel
1	Tässchen starker Espresso	150 g	Sahne
1 EL	frisch gepresster Zitronensaft		Salz
	Cayennepfeffer		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 550 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen mit einer Servierplatte auf 60° vorheizen. Das Rinderfilet mit Küchenpapier trocken tupfen und in 1-1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Schokolade reiben.
2. In einer Pfanne 3 EL Olivenöl erhitzen, die Fleischscheiben bei starker Hitze portionsweise ca. 1 Min. pro Seite braten, aus der Pfanne heben und auf der Servierplatte warm stellen.
3. Das Öl aus der Pfanne gießen, die übrigen 3 EL Olivenöl erhitzen und die Semmelbrösel bei mittlerer Hitze unter Rühren hellbraun anrösten. Den Espresso, die Schokolade und die Sahne zugeben und 5 Min. sanft kochen lassen. Mit Zitronensaft, Salz und einer Prise Cayennepfeffer würzen. Die Filetscheiben leicht salzen, die Sauce darüber verteilen und gleich servieren.