

Rezept

Rinderfilet im Asia-Sud

Ein Rezept von Rinderfilet im Asia-Sud, am 12.09.2024

Zutaten

2	1/2 EL Zucker	1,2 l	Rinderfond
125 ml	süße Sojasauce	75 ml	Reisessig
6 EL	chin. Süßsauer-Sauce	30 g	getr. Mischpilze
1 EL	Ingwer, fein gehackt	800 g	Rinderfilet (aus dem Mittelstück)
	Salz		Pfeffer
1 EL	Butterschmalz	100 ml	Aceto Balsamico
1 EL	Speisestärke		

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 515 kcal

Zubereitung

1. Zucker im großen Topf leicht karamellisieren, mit Fond ablöschen. Sojasauce, Reisessig, Süß-sauer-Sauce, Pilze und Ingwer einrühren, 5 Min. köcheln lassen.
2. Filet salzen und pfeffern. In der Pfanne im heißen Butterschmalz 4 Min. anbraten. Danach im heißen Sud offen bei schwacher Hitze 20 Min. pochieren (darf nicht kochen!), nach 10 Min. wenden. Backofen auf 120° vorheizen. Balsamessig in einem Topf auf die Hälfte reduzieren.
3. Filet aus dem Sud heben, in Alufolie wickeln und im Ofen (unten, Umluft 100°) 10 Min. unter zwei- bis dreimaligem Wenden ruhen lassen. 1/2 l Sud durch ein Sieb zum reduzierten Essig geben, aufkochen lassen. Die Stärke mit kaltem Wasser anrühren, die Sauce damit binden.