

## Rezept

# Rinderfilet mit Johannisbeersauce und Vanillepüree

Ein Rezept von Rinderfilet mit Johannisbeersauce und Vanillepüree, am 02.06.2026

## Zutaten

<b>350 g</b> Rinderfilet	Salz
Pfeffer	<b>2 EL</b> neutrales Pflanzenöl
<b>1 EL</b> Butter (15 g)	<b>1</b> gestrichener EL Mehl
<b>1</b> kleine Zwiebel	<b>3 Zweige</b> frischer Thymian
<b>100 ml</b> trockener Rotwein	<b>100 ml</b> Kalbsfond
<b>2</b> Gewürznelken	<b>1</b> Lorbeerblatt
<b>1</b> getrockneter Peperoncino	<b>100 g</b> rote Johannisbeeren
<b>3 EL</b> Cassis (schwarzer Johannisbeerlikör; ersatzweise 1 EL Johannisbeergelee + 2 EL Zitronensaft)	<b>500 g</b> mehlig kochende Kartoffeln
	Salz
$\frac{1}{8}$ l Milch	<b>1</b> Vanilleschote
Muskatnuss, frisch gerieben	<b>2 EL</b> Butter

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 720 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen samt einer ofenfesten Form auf 80° vorheizen. Das Fleisch trocken tupfen, salzen und pfeffern. Eine Pfanne erhitzen, das Öl hineingeben und das Filet darin in 5-6 Min. rundherum (auch an den Enden) anbraten. In die Form umsetzen und ca. 1 Std. 30 Min. im Ofen (Mitte, keine Umluft) garen, bis das Fleisch eine Kerntemperatur von 60° hat. Die Pfanne nicht ausspülen. Die Butter mit dem Mehl verkneten, in Folie wickeln und in den Kühlschrank legen.
2. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Thymian waschen. Den Bratensatz in der Pfanne wieder erhitzen, die Zwiebel darin unter Rühren anbraten. Mit dem Rotwein und dem Fond ablöschen. Thymian, Nelken, Lorbeerblatt und Peperoncino dazugeben und alles bei mittlerer Hitze 30 Min. köcheln lassen.
3. Die Kartoffeln für das Püree schälen, in Stücke schneiden und in einem Topf mit Wasser bedecken. 1/2 TL Salz hinzufügen, aufkochen und die Kartoffeln in ca. 15 Min. weich kochen. Die Johannisbeeren waschen, 2 schöne Rispen beiseitelegen. Die übrigen Beeren von den Rispen streifen, zur Sauce geben und 10 Min. mitköcheln lassen.
4. Von den Kartoffeln das Wasser abgießen. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen. Die Milch mit Vanillemark und -schote in einem Töpfchen erhitzen. Die Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer fein zerstampfen (keinen Pürrierstab verwenden!), wieder erwärmen und nach und nach so viel heiße Vanillemilch (Vanilleschote wegwerfen) unterrühren, dass ein luftiges Püree entsteht. Butter unterziehen, mit Salz und 1 Prise Muskat würzen. Zugedeckt warm halten.

5. Die Sauce durch ein feines Sieb in einen Topf abgießen und durchstreichen (Gewürze und Johannisbeerschalen und -kerne wegwerfen). Wieder aufkochen lassen und den Cassislikör hinzufügen. Weiterköcheln lassen und nach und nach mit einem Schneebesen so viel von der Mehlbutter in kleinen Flöckchen unterrühren, bis eine cremige Bindung entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 
6. Das Filet aus dem Ofen nehmen, den Saft aus der Form zur Sauce geben. Das Fleisch in Scheiben schneiden. Mit dem Vanillepüree, der Sauce und den Johannisbeerrispen anrichten. Dazu schmecken Rosenkohl und ein reifer Rotwein mit Beerenaromen, z. B. Shiraz.