Rezept

Rinderfilet mit Zwiebelkonfit

Ein Rezept von Rinderfilet mit Zwiebelkonfit, am 30.05.2025

Zutaten

150 g	Ziegenweichkäse
1/2 Bund	Thymian
1 kg	Rinderfilet (aus der Mitte)
2 EL	neutrales Pflanzenöl
2 EL	Butter
100 ml	roter Portwein
50 g	schwarze Oliven
	Pfeffer
	Salz
4	große rote Zwiebeln
200 ml	Rotwein

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 440 kcal

Zubereitung

1. Ziegenkäse klein würfeln. Oliven entsteinen und klein schneiden. Thymian waschen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und fein hacken. Alles vermengen und mit Pfeffer würzen. Das Filet von beiden Seiten quer mit einem spitzen Messer bis zur Mitte einstechen. Die Öffnung mit einem Kochlöffelstiel erweitern, die Füllung mit Finger und Kochlöffelstiel hineindrücken.

2. Ofen samt ofenfester Form auf 80° (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Filet salzen, pfeffern. Öl in einer Pfanne erhitzen, Filet darin rundum 7 – 8 Min. anbraten. In der Form im Ofen (Mitte) in ca. 3 Std. bis zu einer Kerntemperatur von 60° garen (Bratenthermometer ins Fleisch, nicht bis zur Füllung stechen!). Die Pfanne nicht auswaschen.

3. 30 Min. vor Ende der Garzeit Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden. Butter im Bratensatz in der Pfanne aufschäumen, Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze 5 Min. anbraten. Salzen, mit Rot- und Portwein ablöschen, in ca. 15 Min. einkochen lassen.

4. Das Filet aus dem Ofen nehmen, den Bratensaft aus der Form zu den Zwiebeln geben. Das Filet in 6 Scheiben schneiden und mit den Zwiebeln auf vorgewärmten Tellern anrichten. Dazu passt mit Olivenöl verfeinerter Kartoffelstampf.