

Rezept

Schalotten-Balsamico-Sauce zu gebratenem Rinderfilet

Ein Rezept von Schalotten-Balsamico-Sauce zu gebratenem Rinderfilet, am 01.03.2024

Zutaten

200 g Schalotten	1-2 Zweige Thymian
1 EL Zucker	1 TL Butter
300 ml roter Portwein	100 ml Braune Sauce
50 ml Aceto balsamico	Salz
schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen	4 Rinderfiletsteaks (à ca. 200 g)
Meersalz, z. B. Fleur de Sel	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
2 EL Olivenöl	2-3 Zweige Thymian
1 kleine Knoblauchzehe	1 EL Butter

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 380 kcal

Zubereitung

1. Für die Sauce die Schalotten schälen und je nach Größe in 6-8 Spalten schneiden. Den Thymian waschen und trocken schütteln.
2. Den Zucker in einem Topf (20 cm Ø) bei kleiner Hitze in 3-4 Min. hellbraun karamellisieren. Schalotten und Butter dazugeben, 2 Min. unter ständigem Rühren braten, dann den Portwein angießen. Braune Sauce und Essig dazugeben, aufkochen lassen. Den Thymian einlegen und die Sauce offen bei kleiner Hitze ca. 40 Min. kochen. Mit Salz und reichlich Pfeffer würzen.
3. Gleichzeitig den Backofen auf 100° (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Das Fleisch trocken tupfen und, falls nötig, von Sehnen befreien. Die Steaks auf ein Küchenbrett legen, etwas flach drücken und mit dem Küchengarn rundum binden, sodass das Fleisch beim Braten in Form bleibt, mit Meersalz und Pfeffer würzen.
4. Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, die Filetstücke sofort einlegen und bei mittlerer Hitze 1 Min. anbraten, wenden und 2 Min. weiterbraten. Dabei die Filetstücke in der Pfanne so aufstellen, dass auch die Ränder angebraten werden.
5. Das Fleisch auf ein Ofengitter legen, in den Backofen (Mitte) schieben (ein Backblech als Tropfschutz darunterschieben) und in 40 Min. rosa garen.
6. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Die Butter in der Pfanne aufschäumen lassen, Thymian und Knoblauch einlegen. Die Rinderfilets aus dem Ofen nehmen und 1 Min. in der heißen Kräuterbutter braten, dabei mehrmals wenden. Mit den Schalotten auf vorgewärmten Tellern anrichten.