

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 17. Mai 2021** ▪
Leibgericht mit Alexander Kumptner



Annika Friedrichs

Rinderfilet mit Gemüse und Kräuter-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfilets, à 200 g
 (zimmerwarm verarbeiten)
 1 Knoblauchzehe
 1 Stück Butter
 2 Zweige Rosmarin
 1 Zweig Thymian
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 Grobes Salz
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Filets von beiden Seiten salzen und pfeffern. Filets zusammen mit Öl in die heiße Pfanne legen und von beiden Seiten kurz 1 Minute scharf anbraten. Filets herausnehmen, Butter in die heiße Pfanne geben und Knoblauch dazugeben. Rosmarin und Thymian abrausen, trockenwedeln und mit in die Pfanne geben. Filets zurück in die Pfanne geben und von jeder Seite nochmal 2-4 Minuten braten, je nach Dicke und gewünschter Garung kann die Zeit variieren. Filets rausnehmen, auf einem Teller zusammen mit Butter und Gewürzen kurz ruhen lassen und anschneiden.

Für das Gemüse:

2-3 mittelgroße, festkochende Kartoffeln
 1 große Karotte
 1 Paprika
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 200 g passierte Tomaten
 1 TL Tomatenmark
 1 Zweig Rosmarin
 2 TL rosenscharfes Paprikapulver
 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
 1 TL Curry
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und schneiden. Karotte schälen, von Enden befreien und auch zerschneiden. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und klein schneiden. Zwiebel abziehen und klein schneiden. Knoblauch abziehen und mit der Knoblauchpresse pressen oder sehr fein schneiden. Knoblauch und Zwiebeln in einem heißen Topf mit Öl anschwitzen und Tomatenmark dazugeben. Karotten und Kartoffeln dazugeben und mitanrösten. Zuletzt Paprika dazugeben. Passierte Tomaten hinzufügen und bei Bedarf mit etwas Wasseraufgießen. Gewürze dazugeben und alles köcheln lassen. Rosmarin abrausen, trockenwedeln und mitköcheln lassen. Mit Gewürzen, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Dip:

¼ Knoblauchzehe
 100 g Crème fraîche
 1 Spritzer Olivenöl
 2 Zweige Thymian
 2 Zweige Rosmarin
 3-4 Stiele glatte Petersilie

Thymian, Rosmarin und Petersilie abrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Knoblauch abziehen und zerkleinern. Alles zusammen mit der Crème fraîche verrühren und ein bisschen Olivenöl dazugeben.

Für die Garnitur:

1 Zweig Rosmarin

Rosmarin abrausen und trockenwedeln.

Gemüse auf dem Teller mit einem Servierring anrichten, Rinderfilet dazulegen und die Kräuterbutter dazu servieren. Das Gericht mit Rosmarin garniert servieren.