

RINDSFILET IM WIRSINGMANTEL



ZUTATEN FÜR ZWEI PERSONEN:

440g Rindsfilet, 50g Butter, 5 Wirsingblätter, Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG: Filet würzen, in Butter anbraten. Im Ofen bei 140 Grad 10 Minuten weiter garen. Anschliessend im Ofen bei 55 Grad weitere 20 Minuten ziehen lassen. Das Filet in Wirsing einpacken und in Alufolie einrollen, Bei 200 Grad 5 Minuten backen. In Tranchen schneiden. ↘



LAKRITZLINSEN

ZUTATEN: 200g Belugalinsen, 100g Karotten und Sellerie, Brunoise (kleine Gemüswürfeli), 20g Butter, 1.5dl Rotwein, 3dl Gemüsefond, 5g Lakritzbonbons, ungesüsst, 0.4dl Bouillon, Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG: Linsen und Gemüse in Butter kurz dünsten. Mit Wein ablöschen, Gemüsefond begeben. Nach halber Garzeit der Linsen die Bonbons begeben. Abschmecken mit Salz und Pfeffer.

TRAUBENSAUCE

ZUTATEN: 500g Traubensaft, 2dl Portwein, 10g Reismehl, Salz

ZUBEREITUNG: Traubensaft einkochen, ev. mit Kaffeefilter passieren. Portwein mit dem Reismehl mischen, zum Traubensaft geben und mit Salz abschmecken.