

Rinderfilet an Meerrettichsauce mit grünem Bohnen

- ca. 300 g Rinderfilet
- 4 Scheiben roher geräucherter Schinken oder magerer Speck
- 250 g grüne Bohnen
- 250 g Kartoffeln
- 1 Möhre
- Pfeffer, Salz, etwas Butter
- etwas Gemüsebrühe
- Öl zum anbraten

Für die Meerrettichsauce

- 1 Eßl. Butter
- 1 Eßl. Mehl
- 20 g geriebener Käse Pecorino
- 150 g saure Sahne
- etwas Milch/ Rinderfont
- ½ Tel. Senf
- 40 g frischer Meerrettich gerieben ca. 2 Eßl.
- Salz, Pfeffer
- 1 Eigelb
- Petersilie, Dill, Schnittlauch



Meerrettichsauce:

1. In einem Topf die Butter zerlassen und das Mehl hineinrühren. Die Hitze zurücknehmen und die Einbrenne unter ständigem Rühren einige Minuten anschwitzen. Nach und nach mit der heißen Milch und dem Rinderfont aufgießen (ca. 1 Tasse).
2. Meerrettich schälen und sehr fein reiben und an die Sauce geben. Mit dem Senf ca. 15 Min. leicht köcheln lassen.
3. Temperatur herunterregeln, so dass die Sauce nicht mehr kocht!
4. Die Sauce mit dem Schneebesen aufschlagen; saure Sahne mit dem Eigelb verrühren und nach und nach unter die Sauce heben. Nochmals mit dem Schneebesen aufschlagen.
5. Mit Salz und Pfeffer würzen und die gehackten Kräuter (jeweils ein Eßl.) hinzugeben. Die Sauce warm halten und vor dem Servieren nochmals kräftig mit dem Schneebesen aufschlagen, aber auf keinen Fall mehr kochen lassen.

Bohngemüse:

1. Die Bohnen waschen, Stielansatz und Blütenende abschneiden und im kochenden Salzwasser ca. 5 Min. garen.
2. Etwas abkühlen lassen und in kleinen Päckchen in den Schinken einrollen und in eine Auflaufform legen.
3. Auf jedes Bohnenröllchen ein Flöckchen Butter setzen und einen Hauch des geriebenen Pecorino darüber streuen.
4. Etwas Gemüsebrühe in die Auflaufform gießen, so dass der Boden eben bedeckt ist. Im Backofen bei starker Oberhitze kurz überbacken, so dass der Schinken leicht anbräunt. Danach Hitze herunterregeln und nur noch warm halten.

Beilagen:

5. Kartoffeln und Möhre waschen und schälen. In Viertel schneiden und in Salzwasser garen.

Rinderfilet:

6. Die Filetscheiben mit der Hand flach drücken und von beiden Seiten im heißen Öl scharf anbraten. Danach noch ca 5 Minuten im heißen Backofen gar ziehen lassen. Die Temperatur darf nicht mehr zu hoch sein. Auf keinen Fall mehr als 100 Grad.

Alles auf vorgewärmten Tellern anrichten und sofort servieren.