

Rinderfilet mit Rosmarin

Fleisch - Rind

Vorbereitungszeit: 10 Minuten } $\frac{3}{4}$ Stunde
Zubereitungszeit: 30 Minuten

ZUTATEN für ... Personen		4 - 6
Rinderfilet (dickes Endstück)	g	1000
Rosmarinweig, lang	St.	1
Crème fraîche	ml	200
Senf, Meaux	EL	3
Öl	EL	1
Weißwein	ml	20
Salz		

VORBEREITEN:

1. Rinderfilet mit einem scharfen Messer der Länge nach durchstechen, dann den Rosmarinweig durchziehen.
2. Crème fraîche mit dem Senf verrühren.
3. Ofen auf 225° vorheizen.

ZUBEREITUNG:

1. Filet in einer ofenfesten Pfanne von allen Seiten gut anbraten.

2. Dann zum erstenmal mit der Senf-Sahne-Mischung anstreichen.
3. Im Ofen 25 Minuten garen. Dabei ab und zu mit der Senf-Sahne-Mischung bestreichen.
4. Nach 25 Minuten Fleisch herausnehmen. In Alufolie einschlagen und 5-10 Minuten ruhen lassen.
5. Fond in der Pfanne mit Wein unter rühren lösen. Restliche Senf-Sahne-Mischung zugeben. Mit Salz abschmecken.
6. Fleisch aufschneiden und mit der Sauce servieren.

BEILAGEN / GETRÄNKE:

- * Baguette, Endiviensalat mit rohen Champignons.
- * Bordeaux

➔ VARIATIONEN:

- Crème fraîche mit feingehackten Kräutern mischen.
- Crème fraîche zerdrücktem Roquefort mischen.

Backofen	Leiste	Grad	Stunden	Minuten
Unter- u. Oberhitze	2. v. u.	225		25

Kcal pro Portion: 312 **Trennkost:** E * R-221.DOC