

Bioleks: Bœuf Stroganoff à la Anne

 happy-mahlzeit.com/koch-shows/alfredissimo/bioleks-boeuf-stroganoff-a-la-anne

Zutaten:

- 500g Rinderfilet
- 3 Schalotten
- 250g Champignons
- 2-3 Gewürzgurken
- 3-4 Tomaten
- 1 TL Senf
- 1/4 Liter Saure Sahne oder Creme fraiche
- 30g Butter
- 2TL Pflanzenöl
- Saft 1/2 Zitrone
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Das Rinderfilet in fingerdicke Scheiben und diese dann in feine Streifen schneiden. Die Schalotten sehr fein hacken. Die Tomaten überbrühen, schälen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Champignons putzen, aber nicht waschen, dann in feine Blättchen schneiden. Die Gewürzgurken schälen und fein würfeln.

Die Hälfte der Butter und 1 TL Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin schnell rundherum scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und abtropfen lassen. Den Saft dabei auffangen. Den Fleischsaft zurück in die Pfanne geben und das Fleisch zur Seite stellen.

In einer 2. Pfanne restliche Butter und Öl erhitzen. Darin die Schalottenwürfel glasig dünsten. Dann die Champignons zugeben und kurz anbraten.

In der Pfanne mit dem Fleischsaft Sahne oder Creme fraiche mit Senf, Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und erhitzen. Schalotten, Champignons, Tomaten und Gurkenwürfel darin kurz aufkochen, die Pfanne vom Herd nehmen und das Fleisch darin kurz ziehen lassen.

Rezept: Alfred Biolek

Quelle: alfredissimo! 29.3.1996

Prominenter Gast: Maria Schell