



Pawel-Jascha Körner

Gepfeffertes Rinderfilet mit Himbeer-Barbecuesauce, Kartoffelstampf, karamellisierten Zwiebeln und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für den Kartoffelstampf:

3 große mehligkochende Kartoffeln
40 g Butter
90 ml Milch
Muskatnuss, zum Reiben
1 Prise weißer Pfeffer
Salz, aus der Mühle

Den Backofen vorheizen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze.

Kartoffeln schälen, waschen, in kleine Würfel schneiden und in siedendem Salzwasser garen. Wasser abgießen, Butter und Milch hinzugeben und dann Kartoffeln mit einer Gabel zerdrücken. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfilets à 130 g
1 EL grober Malabar-Pfeffer
1 TL Salz
Olivenöl, zum Braten

Pfefferkörner grob im Mörser zerkleinern, das Filet waschen und mit Küchenrolle trockentupfen. Mit Pfeffer und jeweils ½ TL Salz rundum würzen. Filet in einer Pfanne mit Öl bei hoher Hitze von beiden Seiten scharf anbraten. Danach im Ofen, auf einem mit Backpapier belegten Blech, weiter garen bis eine Kerntemperatur von 55 Grad erreicht ist. Anschließend aus dem Ofen nehmen und mit Alufolie bedeckt etwa 3 Minuten ruhen lassen. In dünne Streifen schneiden und später auf dem Kartoffelstampf anrichten.

Für die Himbeer-Barbecue-Sauce:

200 g Himbeeren
1 Knoblauchzehe
20 g Ingwer
1 Bund Minze
¼ TL Rauchsatz
1 EL Zucker
1 EL dunkler Balsamicoessig
Olivenöl, zum Braten
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Himbeeren waschen und abtropfen lassen. Ingwer schälen und fein hacken. Knoblauch abziehen und hacken. Minze abrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Ein paar Spitzen zur Dekoration zur Seite legen. Rest fein hacken. In einem kleinen Topf mit Öl, Knoblauch und Ingwer andünsten, Himbeeren und Zucker hinzugeben und mit andünsten bis der Zucker geschmolzen ist. Mit Essig ablöschen und mit Rauchsatz und Pfeffer würzen. Minze dazu geben und mit einem Pürierstab pürieren.

Für die karamellisierten Zwiebeln:

1 große rote Zwiebel
1 EL Zucker
2 EL Olivenöl
½ TL Salz

Zwiebel abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl, Zucker und Salz schmelzen lassen und Zwiebeln darin bei niedriger Temperatur etwa 15 Minuten anbraten.

Für den Gurkensalat:

½ Salatgurke
½ kleine rote Zwiebel
½ Limette
½ TL Zucker
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke schälen und mit einem Hobel in feine Scheiben schneiden. In einer Schüssel salzen und später entwässern. Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Limette auspressen. Zwiebel mit Olivenöl, Zucker, Limettensaft, Salz und Pfeffer in einer Schüssel miteinander vermengen. Anschließend die Gurken unterheben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.