

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 10. April 2025 ▪  
Tagesmotto „Nachbarländer“ mit Mario Kotaska



Kevin Trinder

**Tschechien: Rinderfilet mit Karotten-Sahne-Sauce und böhmischen Knödeln**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Knödel:**

1 Ei  
200 ml Milch  
300 g Weizenmehl  
2 ½ TL Backpulver  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 100 Grad Heißluft vorheizen.

Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben und mit der Hand einen Teig herstellen. Teig in Frischhaltefolie einwickeln und in einen Topf mit warmem Wasser auf mittlerer Stufe geben. Die Knödel ca. 30 Minuten garziehen lassen.

**Für das Rinderfilet:**

2 Rinderfilets à 150 g  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rinderfilets scharf anbraten und im vorgeheizten Ofen medium ziehen lassen, bis die Kerntemperatur von 56 Grad erreicht ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für die Sauce:**

150 g ungeräucherter Speck am Stück  
7 Karotten  
¼ Knollensellerie  
2 Petersilienwurzeln  
3 Zwiebeln  
500 ml Sahne  
500 ml Rinderfond  
2 EL Weißweinessig  
1 EL Dijonsenf  
2 Lorbeerblätter  
1 TL Senfkörner  
1 TL schwarze Pfefferkörner  
Salz, aus der Mühle

Speck in kleine Würfel schneiden. Gemüse schälen und in etwa walnussgroße Stücke schneiden. Speck in einem Topf auslassen und das geschnittene Gemüse anschließend dazugeben und scharf anbraten. Mit Weißweinessig ablöschen. Lorbeerblätter, Pfefferkörner und Senfkörner in ein Tee-Ei oder Beutel geben und mit Senf und Fond in den Topf geben. Den Ansatz eine Weile köcheln lassen. Danach den Gewürzbeutel herausnehmen und die Sauce mit einem Stabmixer pürieren. Passieren. Mit Sahne abbinden und mit Salz abschmecken.

Rinderfilet und Knödel aufschneiden. Filet, Knödel und Sauce auf Tellern anrichten und servieren.