

Rezept des Monats

Filet vom Black-Angus



Zutaten:

- 4 Filets á 180 -200 g
- 1 Schalotte klein würfelig geschnitten
- Salz, Pfeffer, Senf
- ¼ l braune Grundsoße
- 1 EL grüne Pfefferkörner
- 1 cl Cognac

Zubereitung:

Die Filets mit Salz, Pfeffer und Senf würzen. Etwas Öl in die Pfanne geben, heiß werden lassen, die Filets an allen Seiten kurz und scharf anbraten, auf ein hitzebeständiges Geschirr geben, und bei 160 Grad (vorgeheizt) ca. 6-8 min. in den Ofen geben oder mit Kerntemperaturmesser auf 53 Grad.

Die Filets auf einen Teller legen und den Ofen auf 60 Grad herunter temperieren. Die Filets wieder zurück in den Ofen geben, dass sie sich schön entspannen können.

Den Zwiebel in der Pfanne anschwitzen, mit etwas brauner Grundsoße aufgießen, den grünen Pfeffer dazu und leicht einkochen, mit Salz und etwas Cognac würzen.

Die Filets auf einen warmen Teller anrichten und mit der Pfeffersoße übergießen.

Die Lanersbacher Hof-Küchenmannschaft wünscht "Gutes Gelingen".