



Rindsfiletmedaillon mit Kürbiskernkruste an Rosmarin-Balsamicosauce

4 Rindsfiletmedaillons à 120 g
bis 160 g

ca 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen, leicht klopfen

Gewürzmischung
Pfeffer aus der Mühle

würzen

1-2 EL Bratbutter

in einer Bratpfanne erhitzen und die Rindsfiletmedaillons beidseitig während 2-4 Minuten anbraten, anschliessend in den auf 80° vorgeheizten Backofen geben und während ca 30-45 Minuten niedergaren

Rosmarin-Balsamicosauce

1 EL Butter

in den Bratensatz geben

1 EL Staubzucker

dazu streuen und schmelzen lassen

1 Zweig Rosmarin

dazu legen

1 dl Rotwein

den Bratensatz damit ablöschen

¾ dl Aceto Balsamico

dazu giessen, etwas einkochen lassen

2 EL Bratensaucenpulver

mit 2 dl Wasser verrühren, dazu giessen, nochmals etwas einkochen lassen

Salz, Pfeffer aus der Mühle

abschmecken, durch ein feines Sieb passieren. Bei Bedarf mit etwas kalter Butter aufmontieren

Kürbiskernkruste

70 g Kürbiskerne

in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fettzugabe anrösten, abkühlen lassen, hacken, in eine Schüssel geben

1 Scheibe Toastbrot

entrinden, in einem Blitzhacker zerbröseln, zu den Kürbiskernen geben

1 kleiner Zweig Rosmarin
1 Bund Petersilie

waschen, trocken schütteln, fein hacken, beifügen

20 g weiche Butter

dazu geben

1 EL Kürbiskernöl

dazu giessen

1 Eigelb

beifügen

Salz, Pfeffer aus der Mühle

abschmecken, gut vermischen. Kürbiskernkruste auf den gegarten Rindsfiletmedaillons verteilen, etwas andrücken, im Backofen bei starker Oberhitze (250°) kurz überbacken