

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 09. März 2020** ▪
Leibgericht mit Johann Lafer



Markus Döring

**Rinderfilet mit Portwein-Zwiebeln, knusprigem
Rosenkohl und Polenta**

Zutaten für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

2 Rinderfilets à 250 g
 1 Knolle Knoblauch
 2 Zweige Thymian
 2 EL Butterschmalz
 Fleur de Sel, zum Würzen
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch halbieren und mit der Schnittfläche nach unten gemeinsam mit Thymian-Zweigen und Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Rinderfilets waschen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten in dem Butterschmalz scharf anbraten. In den Ofen geben und bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad im Ofen garen, anschließend mit Fleur de Sel salzen.

Für den Rosenkohl:

300 g Rosenkohl
 2 Eier
 5 EL Mehl
 5 EL Panko
 Salz, aus der Mühle
 Öl, zum Frittieren

Rosenkohl putzen und die äußeren Blätter entfernen. Den Strunk kreuzförmig einritzen. Eier aufschlagen und verquirlen. Rosenkohl zunächst in Mehl, dann in Ei und zuletzt in Panko wälzen und in Öl knusprig frittieren. Mit Salz würzen.

Für die Polenta:

50 g Maisgrieß
 300 ml Gemüfefond
 300 ml Milch
 10 g Parmesan
 4 EL Butter
 1 Lorbeerblatt
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus Mühle

Milch und Gemüfefond aufkochen. Lorbeerblatt abzupfen und hinzugeben. Maisgrieß einrühren und unter ständigem Rühren 2 Minuten bei kleiner Hitze ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan reiben und gemeinsam mit Butter unterrühren. Lorbeerblatt herausnehmen.

Für die Portwein-Zwiebeln:

3 kleine rote Zwiebeln
 1 Zitrone
 500 ml Portwein
 1 gehäufte TL Preiselbeergelee
 2 EL brauner Zucker
 1 TL Butterschmalz
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Zwiebeln im Butterschmalz anschwitzen und mit Zucker karamellisieren. Den Portwein angießen und bei kleiner Hitze einköcheln. Das Preiselbeergelee einrühren, Zitronenschale abreiben und hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Frühlingszwiebeln, zum Garnieren

Frühlingszwiebeln putzen, fein schneiden und über das Gericht geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.