

## Rinderfilet mit Schwarzbiersoße, Karotten, Shitake & Kürbiskernen



### Zutaten:

- 800-900 g Rinderfilet
- Öl zum Braten
- 1 kg Karotten
- 100 g Butter
- 250 g Shitakepilze (alternativ Champignons)
- 300 ml Gemüsebrühe
- Etwas Petersilie, fein geschnitten
- Wer möchte: 4 EL Kürbskerne
- Salz, Pfeffer, geschrotet oder grob gemahlen
- 1 EL Brotgewürz
- 1/2 TL Zimt
- Kresse zum Dekorieren



### Für die Soße

- 250 ml Schwarzbier (oder alkoholfreies Malzbier)
- 500 ml Rinderbrühe, kräftig
- 1 EL Tomatenmark oder Misopaste (z.B. Schwarzwald Miso)
- 40 g sehr kalte Butterwürfel (1 cm)
- Wer möchte: etwas Soßenbinder zum Andicken

### Zubereitung

Das Rinderfilet salzen und in einer heißen Pfanne auf jeder Seite 3 Minuten scharf anbraten.

Das Filet auf einem Backblech im Ofen bei 80 Grad (Umluft) circa 1,5 Stunde garen (Kerntemperatur im Fleischkern ca. 60 Grad; eventuell mit einem Fleischthermometer prüfen).

Zum Bratensatz in der Pfanne 1 EL Tomatenmark oder Misopaste geben und kurz verrühren. Dann mit Schwarzbier auffüllen und auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Rinderbrühe aufgießen und wieder auf die Hälfte einkochen. Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Wunsch mit Saucenbinder etwas andicken.

Vor dem Servieren den Topf beiseitestellen und die kalten Butterwürfel einrühren.

In der Zwischenzeit die Karotten schälen. Die Hälfte der Karotten vierteln oder halbieren und beiseitelegen. Die andere Hälfte würfeln und in einem Topf mit 200 ml Gemüsebrühe 12 Minuten bei geschlossenem Deckel weichkochen. Anschließend mit Salz und Pfeffer und etwas zerstoßenem Brotgewürz und 100 g Butter fein pürieren. Bis zum Servieren warmhalten.

Die geviertelten Karotten in einem anderen Topf mit 100 ml Gemüsebrühe mit einer Prise Zimt bei geschlossenem Deckel circa 5 bis 6 Minuten bissfest kochen.

In einer Pfanne die fein geschnittenen Shitakepilze mit etwas Öl 4 Minuten scharf anbraten. Karotten zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren mit etwas Petersilie und Kürbiskernen bestreuen.

Zum Anrichten das Filet in vier Scheiben schneiden, pfeffern und auf etwas Soße anrichten.

Darauf Kresse setzen.

Mit Püree, Karotten und Shitake anrichten. Zuletzt mit Kürbiskernen bestreuen.