

# Hauptgericht

Rinderfilet & Black Tiger Prawns, Süßkartoffelcreme, Smokey Paprikaragout

Zutaten:

600 g Rinderfilet 3/4 lbs  
8 St. Garnelen 8/12 Easy Peel  
400 g Rinderknochen  
600 g Süßkartoffeln  
600 g Paprika, rot  
0.2 St. Karotten  
6 St. Bananenschalotten  
2 St. Knoblauchzehen, weiß  
1 St. Metzgerzwiebeln  
1 St. Zwiebeln  
100 g Butter  
0.5 l Rotwein  
1 EL Ketjap Manis  
Pimenton  
1 EL Honig  
Speisestärke  
Öl  
Currypulver  
Balsamico, dunkel  
Balsamico, hell  
0.1 Bund Thymian  
Salz  
Pfeffer

Zubereitung:

Süßkartoffeln in der Schale im Ofen bei 180°C ca. 30 Minuten backen, bis sie weich sind. Halbieren und auskratzen. Mit etwas Butter, etwas Curry, hellem Balsamico und Salz zu einem Püree mixen. Fleischknochen im Ofen kräftig anrösten. Metzgerzwiebel und Karotte grob zerteilen und im Topf in etwas Öl anrösten. Mit Wasser auffüllen. Nun die gerösteten Knochen zugeben und das Ganze ca. 2-3 Stunden köcheln lassen. Durch ein feines Sieb passieren und auf 1/5 einkochen. Die Schalotten schälen, halbieren und in etwas Öl anbraten. Mit Rotwein ablöschen und diesen auf die Hälfte reduzieren. Mit aus den Knochen gezogenem Fond auffüllen und nochmals auf die Hälfte einkochen. Die Sauce eventuell mit etwas in kaltem Wasser angerührter Stärke binden. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer, Kezjap Manis und Pimenton, sowie Honig und dunklem Balsamico abschmecken und ein wenig kalte Butter einrühren. Zwiebel schälen und in ca. 1 cm breite Segmente schneiden. Paprika entkernen, in Streifen schneiden und in einem Topf zusammen mit den Zwiebeln langsam weichbraten. Knoblauch schälen, fein hacken und gegen Ende der Garzeit zu den Paprika geben. Mit Pimenton, Pfeffer und Salz abschmecken. Das Rinderfilet salzen und von allen Seiten in einer sehr heißen Pfanne anbraten. Bei 100° im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 54°C garen, dann ruhen lassen. Garnelen in Olivenöl rösten, ggf. noch etwas Thymian und eine zerdrückte Knoblauchzehe, sowie eine Flocke Butter zugeben. Salzen. Das Rinderfilet in schäumender Butter mit dem Thymian nachbraten. Aufschneiden, salzen

und pfeffern und mit Garnelen, dem Püree, den Paprika und der Sauce servieren.