

Filet Wellington mit Zuckerschoten und Kohlrabi

Fleisch-Gerichte » Rind » Rinder-Braten

Zutaten (6 Personen)

- » 5 Zwiebel(n)
- » 500g Champignons
- » 150g Butter/Margarine
- » Salz & Pfeffer
- » 4 EL Sherry fino
- » 1 Bd. Petersilie
- » 450g Blätterteig
- » 1kg Rinderfilet(s)
- » 2 EL Öl
- » 2 EL Semmelmehl
- » 1 Eigelb
- » 3 Kohlrabi
- » 500g Zuckerschoten
- » 2 Pk. Fix für Sauce Hollandaise
- » 1 Topf Kerbel
- » 150g Schlagsahne

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

16-20€



Zubereitungszeit

über 120min

Zubereitung

1. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Champignons putzen und fein hacken. 10g Butter erhitzen, Pilze darin andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Sherry ablöschen und ca. 5min köcheln lassen. Petersilie waschen und trockentupfen. Die Blätter abzapfen, fein hacken und unterrühren. Pilz-Füllung abkühlen lassen.

2. Blätterteigplatten nebeneinander legen und auftauen lassen. Rinderfilet waschen, trockentupfen und im heißen Öl rundherum ca. 20min braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3. 5 Teigplatten übereinander legen. Auf bemehlter Fläche zum Quadrat (30x30cm) ausrollen. Vorderen Rand in Größe des Fleisches mit Semmelmehl bestreuen, etwas Füllung darauf streichen. Filet darauf setzen. Rest Füllung auf dem Filet verstreichen. Filet in den Teig einschlagen, andrücken. Mit etwas verquirltem Eigelb bestreichen.

4. Die sechste Teigplatte ausrollen, zwei Pilze zum Garnieren ausstechen. Rest in Streifen schneiden. Filet mit Teigstreifen belegen, mit Rest verquirltem Eigelb bestreichen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Im heißen Ofen bei 175°C ca. 25min backen. Nach ca. 10min Garzeit Blätterteigpilze zufügen. Braten nach dem Backen ca. 10min ruhen lassen.

5. Gemüse putzen und waschen. Kohlrabi in Spalten, Zuckerschoten in Streifen schneiden. Kohlrabi ca. 10min in kochendem Salzwasser garen. Nach ca. 5min Zuckerschoten zugeben. Soßenpulver in 250ml heißes Wasser rühren, aufkochen. 140g Butter in Stücken darunter schlagen. Kerbel waschen, trockentupfen, hacken und zur Soße geben. Sahne unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Braten aufschneiden. Mit Gemüse und Soße anrichten. Mit Kerbel garnieren.

Nährwerte: 940kcal/E50g/F61g/KH45g pro Portion

angelegt am: 03.04.2005

Rezept-Nr: 1783

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke