

Jörg Sackmann
Millefeuille vom Rinderfilet mit Salat und Wachtelei

Dienstag, 28. Februar 2017
Rezept für 4 Personen

Dauer: mehr als 4 Stunden
Schwierigkeitsgrad: schwer
Gourmet-Küche, Leichte Küche

Zutaten

Für das Rinderfilet

1/2 Bund Thymian
1/2 Bund Koriander
1/2 Bund glatte Petersilie
1 EL feines Steinsalz
1 EL körniger Senf
1 EL scharfer Senf
500 g Rinderfilet

Für die Remoulade

1 Schalotte
1/2 Bund glatte Petersilie
50 g Senfgurken
1 EL Kapern
1 Sardellenfilet
4 EL Mayonnaise

Für Salat und Wachtelei

10 Macadamianüsse
1 TL Zucker
1 Msp. Piment d'Espelette
12 Shiitakepilze
8 Kirschtomaten
1 Mini-Römersalat
1 Chicorée
1 EL weißer Balsamico oder Tomatenessig
20 ml Geflügelbrühe
3 EL Traubenkernöl
3 EL Olivenöl
1 TL scharfer Senf
etwas Salz
etwas Pfeffer aus der Mühle
8 Wachteleier
1 EL Mehl
1 Ei
4 EL Weißbrotbrösel (z.B. Pankomehl)
200 g Butterschmalz



Zubereitung

Achtung! Erhöhter Zeitaufwand. 6 Stunden Marinierzeit!

1. Für das Rinderfilet die Kräuter abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Salz mit den beiden Senfsorten und den Kräutern vermischen und das Rinderfilet mit dieser Mischung einreiben. Dann in Frischhaltefolie einpacken und ca. 6 Stunden im Kühlschrank marinieren.
2. Für die Remoulade Schalotte schälen und fein schneiden. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Senfgurken, Kapern und Sardellenfilet fein schneiden und alles mit Schalotten, Petersilie und Mayonnaise vermischen und kalt stellen.
3. Die Macadamianüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten, mit Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Dann aus der Pfanne nehmen und mit Piment d'Espelette würzen.
4. Die Shiitakepilze putzen und halbieren. Die Kirschtomaten waschen, abtropfen lassen und vierteln.
5. Romanasalat und Chicorée putzen, waschen, trocken schleudern und in feine Streifen schneiden.
6. Essig, Geflügelfond, Traubenkernöl, Olivenöl und Senf zu einer Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Salatstreifen kurz vor dem Anrichten mit der Vinaigrette marinieren.
7. Die Wachteleier ca. 2 Minuten in einem Topf mit kochendem Wasser garen, in Eiswasser abschrecken und schälen.
Die Wachteleier vorsichtig in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in den Bröseln panieren. Dann auf die Seite stellen.
8. Das marinierte Rinderfilet aus der Folie packen, die Kräuter entfernen und das Fleisch in ca. 20 dünne Scheiben aufschneiden. Die einzelnen Scheiben zwischen einem Gefrierbeutel leicht plattieren.
9. Je 5 Fleischscheiben mit dem marinierten Salat, Tomaten, Pilzen und etwas Remoulade geschichtet auf Tellern anrichten.
10. In einer tiefen Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Eier darin goldgelb ausbacken. Herausnehmen, mit Salz und Pfeffer würzen, halbieren und auf den geschichteten Fleischscheiben anrichten.

Pro Portion: 560 kcal / 2345 kJ

15 g Kohlenhydrate, 37 g Eiweiß, 38 g Fett