

Andi und Alex ON TOUR aus dem Wiener Prater

Dienstag, 20. Juni 2017



Rezept von Alexander Fankhauser

Filetsteak mit Avocadosalat und Rosmarinkartoffeln

30 Minuten/leicht



Zutaten fpr 4 Personen

800 g Rinderfilet, Salz, Pfeffer, Öl, Butter, Dijon-Senf, 3 Avocados, 1 rote Zwiebel, 1 Tasse Wildkräuter, 1/8 l Himbeeressig, Olivenöl, Zucker, 16 Kartoffeln (Heurige, gekocht), Brösel, Rosmarin, 8 ganze Knoblauchzehen.

Zubereitung

Das Rinderfilet in 4 gleichgroße Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Dijon-Senf einstreichen. Das Fleisch auf einer Grillplatte oder in einer Pfanne in einem Öl-Butter-Gemisch beidseitig scharf anbraten und bei nicht zu starker Hitze in 8 bis 10 Minuten rosa braten (dabei mehrmals wenden). Anschließend an einem warmen Ort mit einem Zweig Rosmarin und einigen angedrückten Knoblauchzehen ca. 5 Minuten zugedeckt rasten lassen.

Die Avocados schälen, Kern entfernen und das Fruchtfleisch in gleichmäßige Stücke schneiden. Die Zwiebel in Streifen schneiden und mit der Avocado sowie den grob geschnittenen Wildkräutern vermischen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Himbeeressig sowie Olivenöl marinieren.

Die gekochten Kartoffeln vierteln, in Brösel wenden und in einem Öl-Butter-Gemisch knusprig ausbacken. Zum Schluss die Rosmarinzwige und den Knoblauch zugeben. Die Filetsteaks mit Avocadosalat und Rosmarinkartoffeln auf Tellern anrichten.