



# Turn- und Sportverein Elpersbüttel–Eesch e.V.

gegründet am 3.11.1965

Männerkochen am 5.12.2008

## Rinderfilet mit gerösteten Kartoffeln und Sauce Bearnaise

Zubereitungszeit: 60+ min.

**Zutaten für 12 Personen:**

3 kg Rinderfilet mit Fett

1 TL grobes Salz

frisch gemahlener Pfeffer

3 kg geschälte, gekochte Spargelkartoffel

100 g Butter

2 fein gehackte rote Zwiebel (ca. 200 g)

1½ Ltr. Sauce Bearnaise (3 Becher)

1 dl frisch gehackte Petersilie

**Verzierung:** frisch gehackte Petersilie

**Beilage:** 2 kg haricots verts (dünne grüne Bohnen)

**Bratenzeit für's Rinderfilet:** ca. 10 min. bei 250° und 1 Stunde und 5 min. bei 150°.

**Rösten der Kartoffeln:** ca. 20 min. bei 225°.

Die Fettschicht vom Rinderfilet einritzen. Das Filet auf ein Backblech geben und dieses ins unterste Ofenfach schieben bei vorgeheizten 250°. Das Filet nach ca. 10 min. aus dem Ofen nehmen und mit Salz und Pfeffer bestreuen. Die Temperatur jetzt auf 150° reduzieren und das Backblech wieder ins unterste Ofenfach schieben. Nach ca. 1 Stunde und 5 min. das Filet aus dem Ofen nehmen und mit dem Bratenthermometer die Fleischtemperatur messen. Die Temperatur im Filetzentrum sollte ca. 65° betragen, bevor das Rinderfilet fertig ist. Es sollte jetzt innen rosa sein. Das Filet dann zugedeckt ruhen lassen bis die Kartoffeln fertig sind.

**Mit Butter geröstete Kartoffeln:** Ofentemperatur auf 225° stellen. Butter in einem Topf schmelzen lassen und die gehackten roten Zwiebeln kurz anschwitzen. Die Kartoffeln auf dem Backblech verteilen und sie mit der Butter und den Zwiebeln übergießen. Dann die Kartoffeln in der Mitte des Ofens ca. 20 min rösten.

Warme Sauce Bearnaise und die gehackte Petersilie hinzugeben und abschmecken.