Médaillons à la Bourgogne flambés

Sauce béarnaise, légumes fins, pommes de terre parisiennes

Medailions vom Rinderfilet werden mit Marc de Bourgogne und Zitronenschale mariniert, zum Schluss flambiert und ganz klassisch mit Sauce béarnaise, feinen Gemüsen und Pariser Kartöffelchen serviert – ein Festessen!

2 Personen

ZUTATEN:

MEDAILLONS:

2	Rindermedaillons (Filet-Mittelstück à 200 g / 2 cm dick)
1 TL	Szechuanpfeffer
10 Stk.	Kampot rouge
½	Zitrone BIO (Schale, Abrieb)
2 EL	Marc de Bougogne
2 EL	Olivenöl, extra vergine
1 EL	Butterschmalz
2 EL	Butter
	Fleur de sel
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle (grob gemahlen)
4 cl	Marc de Bourgogne

SAUCE BÉARNAISE:

1	Schalotte (in feinen Scheiben
½ TL	Butter
1 EL	Estragonessig *(siehe Rezept)*
25 ml	Chardonnay
50 ml	Wasser
2	Stängel Estragon
3 Stk.	weißer Pfeffer
2	Eigelb
125 g	geklärte Butter (flüssig)
1 TL	Kerbel (gehackt, gehäuft)
1 TL	Estragon (gehackt, gehäuft)
1	Spritzer Zitronensaft
	Meersalz
	weißer Pfeffer aus der Mühle

1 MÉDAIILLONS: Szechuanpfeffer und Kampot rouge im Mörser grob zerstoßen. Von einer halben Zitrone die Schale abreiben. – Die Medaillons mit der aromatischen Pfeffermischung und dem Zitronenabrieb bestreuen, leicht andrücken und den Marc sowie das Olivenöl in die Medaillons einmassieren. – Die Medaillons in einen Gefrierbeutel geben, verschließen und über Nacht etwa 16 Stunden marinieren.

2 Eine Stunde vor Zubereitung die Medaillons aus dem Küchlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen. – Backofen auf 100 °C vorheizen. Ein Kuchengitter und einen Teller bereit stellen. Die Medaillons vorsichtig abtupfen. In einer Eisenpfanne das Butterschmalz hoch erhitzen (200°C) und die Medaillons auf jeder Seite je ½ Minute scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen, auf das Gitter über den Teller legen und auf der mittleren Schiene des Bratrostes im Backofens 18 Minuten fertig garen.

3 Die Eisenpfanne mit Küchenkrepp auswischen, die Butter hineingeben, bei mittlerer Hitze aufschäumen lassen, die Medaillons hineingeben und bei geringer Hitze unter öfteren Beschöpfen mit der Butter noch eine Minute aromatisieren. Medaillons mit Fleur de sel würzen und etwas groben, schwarzen frischen Pfeffer darüber reiben. – Den Marc de Bourgogen leicht erwärmen, anzünden, über die Medaillions geben und flambieren. – Sofort auf gut vorgewärmten Tellern servieren.

4 SAUCE BÉARNAISE: (für 2 – 4 Personen) In einer kleinen Kasserolle die Butter auslassen, die Schalotten glasig dünsten. Essig, Wein und Wasser eingießen, Estragon und weißen Pfeffer einlegen und bei mittlerer Hitze auf 50 ml einkochen. Die Reduktion durch ein feines Sieb gießen, dabei mit einem Teelöffel gut ausdrücken und zur weiteren Verwendung bereit stellen.

5 In eine Schlagschüssel die Eigelb und die Reduktion geben und mit einem Schneebesen über einem heißen Wasserbad ca. 5 Minuten cremig-schaumig aufschlagen. Die flüssige Butter mit einem Schneebesen in einem dünnen Strahl langsam einfließen lassen, dabei mit dem Schneebesen immer weiter rühren, bis die Sauce eine leicht cremige Konsistent hat. Kessel aus dem Wasserbad neh-

© Für alle Inhalte: Ingo Merbeth • 2016 – | Bilder, Texte, Grafik, Typografie und Layout sind urheberrechtlich geschützt. Das Dokument ist ausdrücklich nur für persönliche Zwecke nutzbar. Veröffentlichung oder Verbreitung jedweder Art, auch in Teilen, bedarf der ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung des Autors.

Gemüse:

½	kleiner Romanesco
1 EL	Zitronensaft
	Meersalz
1 Prise	Muskat
1 EL	Nussbutter

6	dünne Karotten
½	kleine Schalotte
1 Prise	Zucker
1 EL	Butter
	Meersalz

4 – 6 EL	zarte Zuckererbsen (TK)
	Meersalz
1 EL	geschmolzene Butter

Pariser Kartoffeln:

6 – 8	kleine Kartoffeln
2 EL	Butter
	Meersalz
	Fleur de sel

men. Béarnaise mit Salz, Pfeffer und eventuell mit einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Die frisch geschnittenem Kräuter unterrühren und sofort auftragen. (Warmhalten auf einer Bain-Marie ist von Vorteil).

6 GEMÜSE: Für den Romanesco diesen in kleine Röschenteilen und in leicht gesalzenen, mit etwas Zitronensaft versetzten Wasser etwa 10 Minuten mit noch leichten Biss garen. Danach abgießen und kurz in Eiswasser geben. In einem Sieb abtropfen lassen. Im gleichen Topf die Butter erhitzen bis sie leicht bräunt. Vom Herd ziehen und beides für weitere Verwendung beiseite stellen.

7 De Schalotte in sehr kleine Würfel schneiden. Karotten dünn schälen oder schaben. – Die Butter in einem Topf erhitzen und die Schalottenwürfel glasig anschwitzen. Zucker zugeben, leicht karamellisieren lassen die Karotten darin wenden, salzen und mit einem Esslöffel Wasser etwa 10 – 15 Minuten garen.

8 Die Zuckererbsen (TK-Ware) in kochenden Wasser geben und 2 Minuten blanchieren. In ein Sieb geben und mit eiskaltem Wasser abschrecken. Im gleichen Topf die Butter schmelzen lassen und für weitere Verwendung beiseite stellen.

9 PARISER KARTOFFELN: Möglichst kleine, gleich große Kartoffeln dünn schälen und in kochendem Salzwasser 10 Minuten vorgaren. Kartoffeln abgießen und abdämpfen. – in einer beschichteten Pfanne die Butter auslassen und die Kartoffeln rundum unter öfteren Wenden etwa weitere 10 Minuten bei milder Hitze golden braten. Zum Schuss mit etwas Fleur de sel bestreuen und sofort auftragen.

10 KOORDINATION: Das Gericht ist nicht einfach zu koordinieren, da ja alles à point gereicht werden soll. Es empfiehlt sich, zuerst die Gemüse zuzubereiten, die dann in den letzten 5 Minuten des Bratens der Medaillons nur noch in der Butter geschwenkt und erwärmt werden. Die Gemüse dann letztlich evtl. noch etwas salzen und den Romanesco uud/oder die Zuckererbsen mit einer Prise frischen Muskat abschmecken. – Während der Vorbereitung der Gemüse die Reduktion für die Sauce zubereiten. – Parallel dazu sind die Kartoffeln zu schälen und vorzukochen.

Wenn so alles gut vorbereitet ist, die Medaillons anbraten und in den Ofen geben. Jetzt ist Zeit, die Sauce zuzubereiten. Diese dann auf einer Bain-Marie warm halten und kurz vor dem Servieren nochmals aufschlagen. Zum Schluss die in Butter aromatisierten Medaillons vom Herd ziehen und mit dem angewärmten marc de Bougogne flambieren. – Dieses klassische Gericht der alten französischen Kochschule ist einfach fantastisch!

© Für alle Inhalte: Ingo Merbeth • 2016 – | Bilder, Texte, Grafik, Typografie und Layout sind urheberrechtlich geschützt. Das Dokument ist ausdrücklich nur für persönliche Zwecke nutzbar. Veröffentlichung oder Verbreitung jedweder Art, auch in Teilen, bedarf der ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung des Autors.