

KÖFERLI

FLEISCH UND MEHR

Rindsfilet Tournedos mit Whiskey-Sauce (für 4 Personen)

Vor- u. Zubereitung: 10 Min.

Braten in der Pfanne: ca. 15 Min.

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zutaten

600 g Rindsfilet vom Swiss Prémium Beef (portioniert à 150 g pro Person)
Köferlis Haus Gewürzmischung für Fleisch
1 St. Knoblauchzehen geschält und gequetscht
20 g Rapsöl VitaÖl
2 dl Vollrahm
5cl Whiskey
5cl Kalbsfond Konzentrat «ARWO»
Meersalz, Pfeffer, Thymian
Schnittlauch fein geschnitten

Zubereitung

1. Das Fleisch 30 Minuten vor Gebrauch aus dem Kühlschrank nehmen.
2. Feuerfeste Platte vorwärmen.
3. Rindsfilet in der heissen Bratpfanne mit Rapsöl Vitaöl zusammen mit Thymian und dem Knoblauch auf beiden Seiten anbraten. Erst wenden, wenn das Fleisch Farbe angenommen hat.
4. Rindsfilet herausnehmen und auf die gewärmte Platte legen, zugedeckt an einem warmen Ort abstehen lassen.
5. Whiskey in die Pfanne geben, Kalbsfond und den Rahm einrühren und abschmecken.
6. Anrichten und mit Schnittlauch garnieren.
7. Dazu passen Bratkartoffeln, Kroketten, grüne Bohnen oder Karotten.

Zusatzinformationen

- Beim Garen sollte man bedenken, dass das Fleisch noch nachzieht.

Kerntemperaturen Rind

Bleu	Saignant	À point	Bien cuit
47–49 °C	55–57 °C	59–61 °C	71–73 °C