

## Rinderfilet | Ananas Fenchel Chutney | Süßkartoffelcreme | gerösteter Blumenkohl

Dauer: 1 h  
Schwierigkeit: Mittel  
Zusatzinfos: Fleisch

### Rezept für 4 Personen

#### Für das Rinderfilet:

4 Rinderfilets  
etwas Butter  
Salz  
etwas Steak Royal

#### Für die Süßkartoffelcreme:

400 G Süßkartoffel, geschält in grobe Würfel geschnitten  
1 Chilischote frisch gehackt  
200 ML Sahne  
10 G Anispulver  
20 G Essig  
100 G kalte Butter

#### Für das Ananas Fenchel Chutney:

1 Ananas  
3 Fenchelknollen  
ca. 0,7 L Holunderblütensirup  
1 Vanilleschote  
Mondamin  
2 Limetten (Abrieb und Saft)  
1 EL Steak Royal  
1 EL Anispulver  
10 G Pastis

#### Für den gerösteten Blumenkohl:

1 Kopf Blumenkohl  
100 G Butter  
2 EL Nasi Goreng  
1 EL 5 Spice Pulver  
2 Limetten (Abrieb)

#### Für die Pilze:

ca. 100 G Shi Take Pilze  
Sojasoße

---

## Zubereitung

---

### Zubereitung Rinderfilets:

---

- 1 Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.
  - 2 Die Rinderfilets von beiden Seiten in brauner Butter etwa 2 Minuten anbraten und leicht salzen.
  - 3 Dann auf ein Gitter in den Backofen legen.
  - 4 Es dauert etwa 20-30 Minuten bis sie medium rare und etwa 40 Minuten bis sie Medium sind.
  - 5 Danach mit etwas Steak Royal bestreuen und anrichten.
- 

### Zubereitung Süßkartoffelcreme:

---

- 1 Die Süßkartoffeln mit dem Anispulver und der Chili in der Sahne aufsetzen und langsam weich kochen. Danach, ohne die Flüssigkeit, im Mixer mit Essig und kalter Butter zu einem glatten Püree mixen, Salzen.
- 

### Zubereitung Ananas Fenchel Chutney:

---

- 1 Ananas und Fenchelknollen in feine Würfel schneiden, anrösten und im Holunderblütensirup mit der Vanilleschote bissfest garen. Die Masse sollte gerade mit der Flüssigkeit bedeckt sein.
  - 2 Mit Mondamin dickflüssig abbinden.
  - 3 Limetten, Steak Royal Pfeffermischung, Anispulver sowie Pastis zufügen und durchziehen lassen.
- 

### Zubereitung gerösteter Blumenkohl

---

- 1 Blumenkohl in kleine Rösschen putzen.
  - 2 In einer großen Pfanne die Butter braun werden lassen und den rohen Blumenkohl hineingeben.
  - 3 Langsam unter schwenken rösten.
  - 4 Nach etwa 15 Minuten Nasi Goreng und 5 Spice Gewürz hinzugeben.
  - 5 Leicht salzen. Ziehen lassen.
  - 6 Mit etwas abgeriebener Limettenschale abrunden.
- 

### Zubereitung Pilze:

---

- 1 Shi Take Pilze vom Stiel befreien und in einer Pfanne knusprig rösten.
  - 2 Mit etwas Sojasoße ablöschen und vom Herd nehmen.
-

