



Rinderfilet mit Kirsch-Rotwein-Sauce

Zeit gesamt
🕒 35min

Zubereitungszeit
🍲 35min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kirschen, frisch	350 g
Schalotten	4 St.
Rinderfiletsteaks	600 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Butter	1 EL
Sonnenblumenöl	1 EL
Rotwein, trocken	200 ml
Rinderbrühe	600 ml

Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne, kleine Auflaufform

1. Backofen auf 170 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kirschen in ein Sieb abgießen und Abtropfflüssigkeit auffangen. Schalotten halbieren und schälen. Rinderfilet waschen, trocken tupfen und rundherum mit Salz und Pfeffer würzen.
2. In einer Pfanne Butter und Öl auf hoher Stufe erhitzen und die Filets ca. 1–2 Min. von jeder Seite anbraten. Anschließend Filets in eine Auflaufform geben und im Ofen ca. 10 Min. fertig garen.
3. Schalotten in die Pfanne geben und ca. 2–3 Min. anbraten. Mit 100 ml Rotwein ablöschen und aufkochen. Mit Brühe und Kirschsafft aufgießen und ca. 5 Min. köcheln.
4. Sauce in ein hohes Gefäß abgießen, Schalotten dabei auffangen. Die Hälfte der Kirschen zur Sauce geben und fein pürieren. Mit Schalotten und restlichen Kirschen zurück die Pfanne geben, abschmecken und warmhalten.
5. Rinderfilet mit Kirsch-Rotwein-Sauce auf Teller anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passen grüne Bohnen und Semmelklöße.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	317 kcal
Kohlenhydrate	18 g
Eiweiß	35 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	10 g