



# Rinderfiletsteaks mit Maronenkruste und Bandnudeln

Zeit gesamt  
40min

Zubereitungszeit  
25min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

|                              |        |
|------------------------------|--------|
| Maronen, gegart und geschält | 100 g  |
| Petersilie, frisch           | 10 g   |
| Butter                       | 8 EL   |
| Paniermehl                   | 5 EL   |
| Salz                         |        |
| Pfeffer, schwarz             |        |
| Zwiebeln, gelb               | 1 St.  |
| Thymian, frisch              | 5 g    |
| Rinderfilet, am Stück        | 500 g  |
| Öl                           | 3 EL   |
| Rotwein, trocken             | 200 ml |
| Rinderbrühe                  | 200 ml |
| Zucker                       |        |
| Bandnudeln                   | 500 g  |

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, große Pfanne, Backblech mit Backpapier, Sieb, Küchentrepp

1. Backofen auf 170 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Maronen grob hacken. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. In einer Schüssel gehackte Maronen, Kräuter, 7 EL weiche Butter und 5 EL Paniermehl vermengen. Masse mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Thymian waschen und trocken schütteln. Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in 4 gleichgroße Portionen schneiden. Die Steaks kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.
2. In einer Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Steaks von jeder Seite ca. 2 Min. anbraten. Anschließend auf ein Backblech mit Backpapier setzen und die Maronenkruste auf den Steaks verteilen. Im Backofen ca. 20 Min. garen.
3. Pfanne erneut mit 1 EL Öl und 1 EL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen. Zwiebel ca. 2 Min. farblos anbraten. Mit Rotwein und Brühe ablöschen, Thymian zugeben und für ca. 10 Min. auf niedriger bis mittlerer Stufe einkochen lassen. Sauce mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
4. Inzwischen in einem Topf etwa 5 l Salzwasser zum Kochen bringen. Bandnudeln im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest garen, anschließend in ein Sieb abgießen. Rinderfiletsteaks mit Maronenkruste, Bandnudeln und Rotweinsauce auf Teller anrichten und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 971 kcal |
| Kohlenhydrate  | 111 g    |
| Eiweiß         | 47 g     |
| Ballaststoffe  | 1 g      |
| Fette          | 32 g     |