



Filetbraten

ZUTATEN:

- 750g Bio Angus Filet
- ½ TL Salz
- 1 Messerspitze Pfeffer
- 5 EL Steaksauce
- 2 EL Öl
- 125g Champions
- 2 Zwiebel
- 3 Tomaten
- 1 Glas Weiswein
- 1 TL Speisestärke
- 1 EL Wasser
- 2 Eigelbe
- 1 EL Butter
- ½ TL Salz
- 2 Messerspitzen Pfeffer
- Saft von einer Zitrone
- ½ Bund Petersilie

MÖGLICHE BEILAGEN:

Pommes frites oder Potato Wedges, körnig gekochter Reis oder Petersilienkartoffel und gebackene Selleriescheiben, Kopfsalat

BRATZEIT: ca. 40 Minuten

ZUBEREITUNG:

Das Filet von der weißen Haut befreie, kurz kalt waschen, abtrocknen und mit dem Salz, dem Pfeffer und der Steaksauce einreiben. Das Öl in der Pfanne erhitzen, das Fleisch darin rundherum anbraten, bei milder Hitze in 35 Minuten fertigbraten und dabei öfter wenden. Den fertigen Braten herausnehmen und warm stellen.

Die Champions abtropfen lassen, einige Pilze zum Garnieren zurückbehalten, die restlichen Pilze halbieren.

Die Zwiebeln schälen und würfeln. Die Tomaten häuten und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebeln und die Tomaten mit den halbierten Champignons im Bratfett in der Pfanne kurz anbraten, mit dem Weißwein aufgießen und etwa 10 Minuten dünsten. Die Speisestärke mit dem kalten Wasser anrühren, die Sauce damit binden und aufkochen lassen. Die Sauce vom Herd nehmen, die verquirlten Eigelbe und die Butter in Flöckchen unterrühren. Die Sauce mit dem Salz, dem Pfeffer und dem Zitronensaft abschmecken. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden, anrichten, mit etwas Sauce überziehen und mit Petersilie und den Champignonköpfen garnieren.

Gutes Gelingen wünscht

*Bio-Hof
Mayer*

Karl Mayer - Bio-Landwirt aus Überzeugung
www.bio-hof-mayer.at