



Vorspeise «Rindsfiletstreifen mit selbstgemachter Kräuter-Chimichurri»

Food-Buddy`s Eigenkreation



Zutaten für 4 Personen

- 350g Rindsfilet
- Meersalz / Pfeffer aus der Mühle
- div. frische Kräuter (2 Zweige Rosmarin, 2 Zweige Oregano, 2 Zweige Thymian, 2 EL Petersilie fein gehackt, ½ Bund Schnittlauch)
- 1 ½ EL Bienenhonig
- 4 EL Olivenöl
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Saft von einer halben Bio Zitrone
- 4 EL Wasser
- 1 Chilli fein gehackt und entkernt
- 4 EL Apfelessig
- ½ Spitzpaprika rot fein gehackt
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Currypulver



Zubereitung Chimichurri

Alle frischen Kräuter wenn nötig säubern und ganz fein hacken. Die Zwiebel, den Knoblauch, Chilli und den Spitzpaprika ebenfalls fein hacken. Alles in eine Schüssel geben. Bienenhonig, Olivenöl, Saft der Bio-Zitrone, Wasser, Apfelessig, Paprikapulver und das Currypulver dazu geben. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze gut mischen. Die Chimichurri ist soweit fertig.

Zubereitung Rindfiletstreifen

Rindfilet in gleichmässige Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. (Filets ca. 30 Minuten vor der Verarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen).

Tipp: Die Qualität des Filets ist Matchentscheidend für den Geschmack, deshalb darauf achten wo man das Fleisch einkauft. Metzger des Vertrauens ist grundsätzlich immer gut. Die Filetstreifen in einer Bratpfanne im Bratbutter anbraten. 3-4 Minuten von jeder Seite brutzeln lassen.

Anrichten

Die Filetstreifen in der Mitte des Tellers schön anrichten, etwas Chimichurri darüber träufeln lassen und verteilen. Wenn man möchte, kann man auch Blütenblätter oder grobkörniger mehrfarbigen Pfeffer rundherum verteilen.

Ergänzung

Man kann das Gericht entweder als Hauptgang servieren, dazu passen hervorragend Bratkartoffeln oder Bandnudeln im Butter geschwenkt oder als Vorspeise mit einem in Olivenöl gerösteten Stück Brot.

Nun viel Spass beim Nachkochen 😊

Eure Food-Buddy`s