

Rinderroulade

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Für das Fleisch

500 g Rinderfilet (Mittelstück)
1 EL Dijon-Senf
je 1 EL Petersilie, Rosmarin, Thymian, Salbei und Oregano (alles fein gehackt)
Salz, Pfeffer
3 EL Olivenöl

Für die Sauce

100 ml Rotwein
100 ml roter Portwein
150 ml Rinderbrühe

1 EL Zucker
1 EL Speisestärke
Salz, Pfeffer

Für die Pasta

2 Zucchini
1 große Möhre
1 Pastinake
250 g Pappardelle
3–4 EL Olivenöl
3 EL Butter
20 g geriebener Parmesan
Salz, Pfeffer
Fleur de Sel (Meersalz)

Rinderroulade mit Kräutern & Gemüsepasta

UBEREITUNG:

1 Filet längs aufschneiden, mit dem Plattierisen ohne Noppen flach klopfen. Das Fleisch auf einer Seite gleichmäßig mit Senf bestreichen, mit fein gehackten Kräutern bestreuen, aufrollen. Roulade mit Küchengarn zusammenbinden, mit Salz und Pfeffer würzen. Backofen auf 150° C vorheizen.

2 3 EL Olivenöl in einer ofenfesten, tiefen Pfanne erhitzen, Roulade darin von allen Seiten anbraten, aus der Pfanne nehmen. Bratensatz mit Rotwein und Portwein ablöschen, Rinderbrühe angießen. Fleisch wieder in die Pfanne geben, im Ofen auf mittlerer Schiene 30 bis 35 Minuten garen. Filet dabei gelegentlich wenden. Roulade aus der Bratensauce nehmen, in Alufolie wickeln, ruhen lassen.

3 1 EL Zucker in einem Topf karamellisieren, mit Bratensauce ablöschen, bei mittlerer Hitze auf die Hälfte einkochen lassen.

Speisestärke mit wenig kaltem Wasser anrühren, die Sauce damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Zucchini, Möhre und Pastinake putzen, waschen und mit dem Sparschäler der Länge nach in dünne Streifen schneiden. 250 g Pappardelle nach Packungsangabe bissfest garen. Abgießen, abtropfen lassen. 3–4 EL Olivenöl in einer großen Pfanne

erhitzen, Gemüsestreifen darin leicht anbraten, Nudeln dazugeben, mit dem Gemüse mischen. Butter und Parmesan unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

5 Küchengarn von der Roulade entfernen, das Fleisch in ca. 3 cm breite Scheiben schneiden. Rouladenscheiben mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen, mit der Sauce und den Gemüsepappardelle anrichten.

