



# Paillards vom Rinderfilet mit einem Bohnen und Tomatengemüse

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 0m
- **Zubereitungszeit:** 0m
- **Fertig in** 0m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '0', 'cook_time' : '0m', 'prep_time' : '0m', 'servings' : '4', 'yield' : " " });
```

Das schnelle Minutensteak mit Sc. Bearnaise, aber hausgemacht.

## Zutaten

- Für die Paillards:
- 2 dünn geklopfte Scheiben Rinderfilet à 90g pro Person
- Etwas eingelegter bunter Pfeffer
- 2-3 fein gewürfelte Schalotten
- 300g frische Prinzessböhnchen
- 250g frische Pfifferlinge
- 1 Schälchen Kirschtomaten
- Etwas Olivenöl zum Braten
- Etwas Butter zum Braten
- Etwas frisches Bohnenkraut
- Gehackte Petersilie
- Gewürze
- Für die selber gemachte Sc. Bearnaise:
- 250g Butter
- 3-4 Eigelbe
- Etwas Estragonessig
- Etwas stark reduzierter brauner Bratensaft
- Etwas frische, gehackte Petersilie

## Zubereitungsart

### Schritt1

Vorgehensweise in folgenden Schritten.

## **Schritt2**

Die Vorbereitungen / Gemüse :

## **Schritt3**

Die Böhnchen herkömmlich putzen, waschen und in Salzwasser mit etwas Bohnenkraut bissfest blanchieren, anschließend abkühlen.

## **Schritt4**

Die Pfifferlinge putzen, nach Möglichkeit nicht waschen und auf gleiche Größe schneiden, ebenso die Kirschtomaten.

## **Schritt5**

Die fein geschnittenen Schalotten in Butter anschwitzen und nach Garpunkt zunächst die Pfifferlinge dazu geben.

## **Schritt6**

3-4 min. zusammen braten, schmoren. Dann folgen die blanchierten Böhnchen und zuletzt die Kirschtomaten. Salzen, Pfeffern und gehackte Petersilie dazu geben.

## **Schritt7**

Die Sc. Bearnaise, hausgemacht, so gelingt sie immer:

## **Schritt8**

Im ersten Schritt die Butter erhitzen, 2-3 min. leise weiter kochen lassen, klären, ohne braun werden zu lassen.

## **Schritt9**

Die Molke einige min. absetzen lassen, die Butter „lauwarm abkühlen“.

## **Schritt10**

Die Reduktion:

## **Schritt11**

4 cl Estragonessig mit 2 fein geschnittenen Schalotten und 4 cl Wasser und grob gemahlenem Pfeffer ca. 3-4 min. aufkochen, etwas reduzieren und passieren.

## **Schritt12**

Die Herstellung:

## **Schritt13**

Die Eigelbe ablassen und die Reduktion dazu geben. Alles zusammen auf einem kochenden Wasserbad cremig aufschlagen, bis sich das Volumen vergrößert hat und die Eigelbe gut ausgegart

sind.

#### **Schritt14**

Nunmehr die lauwarme Butter zunächst tropfenweise und wenn die Bindung gut ist, in größeren Mengen rührender Weise dazu geben.

#### **Schritt15**

(Immer etwas kaltes Wasser griffbereit haben um bei einem Überfetten/Glänzen des Ansatzes einige Tropfen Wasser dazu geben zu können)

#### **Schritt16**

Zum Schluss kommt das Wesentliche was die Sc. Bearnaise so „unvergleichlich gut“ macht, nämlich der stark reduzierte Bratensaft

#### **Schritt17**

(Der in guten Lebensmittelabteilungen auch als Fertigprodukt zu kaufen ist) und die gehackte Petersilie.

#### **Schritt18**

Die Paillards:

#### **Schritt19**

Die mit Meersalz gewürzten Paillards in heißem Öl mit Butter lediglich eine ½ min. von jeder Seite recht scharf braten und etwas von dem eingelegten bunten Pfeffer darüber geben.

#### **Schritt20**

Anrichtevorschlag:

#### **Schritt21**

Die Paillards auf/an dem bunten Gemüse anrichten und die Sc. Bearnaise dazu oder à part reichen.

**Rezeptart:** Rindfleisch **Zutaten:** Tomaten

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/paillards-vom-rinderfilet-mit-einem-bohnen-und-tomatengemuese/>