

Tournedos mit Pinienkernkruste und feinem Gemüse in Vanille Sahne

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 35m
- **Fertig in** 55m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '55', 'cook_time' : '35m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Edel, chic, sicherlich nicht für jeden Tag, da lohnt der kleine Aufwand

Zutaten

- 8 kleine Rinderfiletsteaks à 80 g
- (geht auch mit Filetsteaks à 160 g)
- 1 gedrückte Knoblauchzehe
- Etwas frischer Thymian und Rosmarin zum Mit braten
- Speiseöl und Butter zum Braten
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für die Pinienkernkruste:
- 80 g Pinienkerne, grob zerkleinert
- 150 g weiche Butter
- 2 Eigelb
- 1 Tl Honig
- 2 El gehackte Petersilie
- Etwas Zitronenabrieb
- Für das Gemüse:
- 250 g weißer Spargel, geschält
- 250 g grüner Spargel, im unteren Drittel geschält
- 200 g frischer Kaiserschoten, geputzt, gefädelt
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- Etwas Butter
- Mark von 2 Vanillestangen
- 100 ml trockener Weißwein
- 200 ml Sahne
- 125 g Creme fraiche
- Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle, 1 Strich geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Die Pinienkernkruste:

Schritt2

Die Pinienkerne ohne Fett anrösten, auf Küchenkrepp ablaufen lassen und grob hacken.

Schritt3

Den Honig und Zitronenabrieb dazu geben, mit der Butter, der Petersilie und den Eigelben vermengen.

Schritt4

Salzen pfeffern. und zwischen 2 Klarsichtfolien 1/2 cm dick ausrollen; mindestens 2 Stunden in die Tiefkühlung legen.

Schritt5

Das Gemüse:

Schritt6

Das geputzte, vorbereitete Gemüse kurz für 3 min. in kochendem Salzwasser nacheinander blanchieren. Kurz abschrecken und den Spargel in mundgerechte Stücke schneiden.

Schritt7

Die Vanille Sahne:

Schritt8

Die gewürfelten Zwiebeln in Butter anschwitzen und mit dem Weißwein ablöschen; fast völlig reduzieren lassen.

Schritt9

Mit der Sahne und Creme fraiche aufgießen, das Vanillemark dazu geben.

Schritt10

Ca. 10 min. leise köcheln, reduzieren lassen, mit Salz, weißem Pfeffer und einem 1 Strich geriebene Muskatnuss nachschmecken. Zunächst den Spargel dazu geben, kurz "aufstoßen" lassen, zuletzt folgen die Zuckerschoten.

Schritt11

Die Tournedos:

Schritt12

Gut von allen Seiten mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer aus der Mühle würzen und in heißem Öl nur anbraten.

Schritt13

Den Knoblauch, frischen Thymian und Rosmarin dazu geben, Farbe nehmen lassen, wenden, etwas Butter dazugeben.

Schritt14

Die Pinienkernkruste zu schneiden oder besser ausstechen, Tournedos belegen.

Schritt15

Im auf 200 ° C vorgeheizten Backofen (Oberste Schiene) 3 - 4 min. überkrusten, zu Ende braten.

Rezeptart: Rindfleisch **Tags:** da lohnt der kleine aufwand, edel

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/tournedos-mit-pinienkernkruste-und-feinem-gemuese-in-vanille-sahne/>