

## Rinderfiletgulasch mit Wirsingstreifen und Senfsauce

Gourmetrezept

Zutaten für 4 Portionen:

3 Strauchtomaten,  
1 Wirsing (ca. 600 g ),  
gemahl. Kümmel,  
2 große Zwiebeln,  
1 EL Butter,  
Salz, Pfeffer geriebenen Muskat,  
2 EL Creme double,  
600 g Rinderfilet,  
2 EL Rapsöl,  
1 Knoblauchzehe,  
4 cl Cognac,  
100 ml Fleischbrühe (Instant),  
100 ml leichten Rotwein (Trollinger),  
1 TL feiner Senf,  
1 TL grober Senf,  
1 Prise Zucker,  
ca. 2 EL geschlagene süße Sahne (aus der Sprühdose),

### Zubereitung :

Tomaten einritzen, kurz in heißes Wasser geben und dann die Haut abziehen. Dann die Tomaten vierteln, Strunk entfernen, entkernen und würfeln.

Vom Wirsing die äußeren Blätter entfernen, kurz unter kaltem Wasser abspülen, vierteln, Strunk herausschneiden und in feine Streifen (ca. 2cm) schneiden. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten (ca. 5 Min.). Nun 1 EL der gedünsteten Zwiebel für die Soße beiseite legen. Die Wirsingstreifen geben Sie nun in den Topf, sowie ca. 5 EL Wasser und etwas gemahlene Kümmel und dünsten dann das Gemüse zugedeckt 20 Minuten bei schwacher Hitze. Ab und zu das Gemüse etwas umrühren. Mit Salz, Pfeffer Muskat würzen, Creme double einrühren, Tomatenwürfel zugeben und abschließend abschmecken.

Knoblauchzehe schälen und klein würfeln und mit der beiseite gestellten gedünsteten Zwiebel sowie etwas. Butter in einen kleinen Topf geben. Kurz anschwitzen. Mit Cognac ablöschen, Rotwein und Brühe zugeben und 2 Min. offen köcheln lassen. Dann den Senf einrühren und mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. Die Soße dann pürieren und beiseite stellen.

Das Rinderfilet kurz unter kaltem Wasser abspülen, abtupfen und in 2 cm große Stücke schneiden. In einer Pfanne Rapsöl erhitzen und das Fleisch im heißen Öl von allen Seiten gut anbraten. Die Soße zum Schluss in die Pfanne mit dem angebratenen Fleisch geben und 1 Minute ziehen lassen. Danach die Sahne unterrühren und den frischen Thymian oder die Blatt Petersilie darüber streuen. Das Filetgulasch mit dem Wirsing servieren. Dazu passen Spätzle, Salzkartoffeln oder Kartoffelküchle.

**Tipp:** Braten Sie die Rinderfiletstücke in 2 – 3 Portionen an. Ansonsten kühlt das Öl zu stark ab und das Fleisch zieht Saft.