

# Rinderfilet auf die russische Art

Boeuf Stroganoff ist wohl das einzige russische Gericht, das es in die Hochküche geschafft hat, wenn man mal von Kaviar auf Blinis absieht. Um das Gericht ranken sich etliche Geschichten. Es soll auf die russische Adelsfamilie Stroganow zurückgehen, von der aber kein Rezept überliefert wurde. Die älteste schriftlich festgehaltene Zubereitungsweise stammt aus dem Jahr 1871. Im Jahr 1891 stellte der in St. Petersburg arbeitende französische Meisterkoch Charles Brière das Rezept bei einem Kochwettbewerb in Paris vor, und so fand es Einzug in die gehobene Küche. Es existieren etliche Varianten, mit oder ohne Champignons bzw. Essiggurken. Ich verwende zusätzlich Rote Bete, die gut in die Jahreszeit passen. Das Rezept funktioniert auch mit Streifen oder Würfeln von der Rinderlende, es ist dann halt nicht ganz so edel und fein.

## Boeuf Stroganoff

Für 4 Personen:

600 g Rinderfiletspitzen in Würfel von ca. 2 bis 3 cm geschnitten  
2 Schalotten geschält und in Streifen geschnitten  
1 mittelgroße Rote Bete gekocht, geschält und in 1 bis 2 cm große Stifte geschnitten  
250 g Champignons gewaschen, geputzt und in Stifte geschnitten  
3 bis 4 Cornichons in Streifen geschnitten  
1 EL Senf  
2 EL Cornichonsud  
3 EL Öl zum Braten  
2 EL Butter  
0,1 l Weißwein  
0,2 l Gemüsebrühe  
0,2 l Sahne  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
Etwas Sauerrahm zur Garnitur



*Rote Bete verleiht dem Gericht seine intensive Farbe* Foto: Bachmeier



Scannen Sie den QR-Code ein. Damit können Sie Hans Jörg Bachmeier beim Kochen seiner Rezepte auf youtube sehen.

Ich erhitze das Öl in einer Pfanne und brate die Rinderfiletspitzen darin scharf an. Wichtig ist, dass das Öl richtig heiß ist und das Fleisch nur kurz angebraten wird, weil es sonst sehr schnell trocken wird. Es sollte innen noch rosa sein. Ich nehme das Fleisch aus der Pfanne und stelle es warm, bevor ich das Öl abschütte und die Butter in der Pfanne aufschäumen lasse. Ich reduziere die Hitze etwas und lasse in der Butter die Schalotten anschwitzen, gebe die Champignons dazu und lösche mit dem Weißwein ab. Nun kommen noch Gemüsebrühe, Gurkensud und Sahne dazu, und ich lasse alles auf ein Drittel einkochen. Wenn es soweit ist, gebe ich noch den Senf dazu und lasse die Sauce noch

etwas weiter einkochen, bevor ich die roten Beten und die Cornichons in die Pfanne gebe. Das Fleisch würze ich mit Salz und Pfeffer und erwärme es in der Sauce.

Das Stroganoff richte ich auf vorgewärmten Tellern an und garniere es mit dem Sauerrahm. Es passt sehr gut Reis dazu, traditionell werden auch Bratkartoffeln oder Herzoginkartoffeln dazu serviert.