

Chateaubriand mit Morcheln, Bündnerfleisch und Cherrytomaten

🕒 Zubereiten: ca. 30 Min.
Niedertemperaturgaren: ca. 90 Min.

👤 Für 4 Personen

Zutaten

800 g Chateaubriand (Filetstück) vom Schweizer Rind
Pfeffer aus der Mühle
20 g getrocknete Morcheln
75 g Bündnerfleisch
2 EL Olivenöl
100 ml trockener Rotwein
150 g Cherrytomaten
2-3 Zweige Thymian
Meersalz



Zubereitung

1. Chateaubriand ca. 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Dann mit grobem Pfeffer einreiben und bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Morcheln kalt abspülen und in 75 ml warmem Wasser ca. 10 Minuten einweichen. Bündnerfleisch in grobe Streifen schneiden.
2. Chateaubriand in heissem Öl von allen Seiten 2–3 Minuten anbraten, in eine Ofenform legen und ein Fleischthermometer in die Mitte des Fleischstückes stecken.
3. Bündnerfleisch im Bratensatz kurz anschwitzen, mit Morcheln samt Einweichflüssigkeit und Rotwein ablöschen. Cherrytomaten und Thymian zugeben und einmal kräftig aufkochen lassen. Vom Feuer nehmen, etwas abkühlen lassen und zum Chateaubriand in die Form geben.
4. Für ca. 90 Minuten in die Mitte des auf 80 Grad vorgeheizten Backofens geben. Die Kerntemperatur sollte 55 Grad betragen.
5. Chateaubriand portionieren und sofort auf vorgewärmten Tellern servieren. Nach Belieben mit Meersalz würzen.

Beilagen

Dazu passt cremige Polenta.



Nährwerte

Eine Portion enthält:

320 kcal

54 g Eiweiss

2 g Kohlenhydrate

10 g Fett

(ohne Polenta)