

## Rindsfilet mit Champignonsfüllung

Rezept für 6 Personen

### Zutaten:

1 kg Rindsfilet  
220 g Champignons  
3 Knoblauchzehen  
100 g getrocknete Tomaten in Öl  
½ Bund Petersilie  
6 EL Olivenöl  
12 Stück Kirschtomaten  
Salz  
Pfeffer



### Zubereitung:

Rindsfilet abwaschen, trocken tupfen, von Sehnen befreien, der Länge nach mit einem Messer eine Tasche einschneiden. Champignons abreiben, putzen und klein schneiden. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden. Petersilie waschen und fein hacken.

In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen. Knoblauch darin glasig andünsten. Champignons, Tomaten und Petersilie zufügen und weitere 4 Minuten mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Backofen auf 180 °C (Umluft 160 °C) vorheizen. Rindsfilet mit Gemüsemasse füllen und mit Holzstäbchen oder Küchenschnur fixieren. Von aussen grosszügig mit Pfeffer und Salz einreiben. In einem Bräter restliches Öl erhitzen, das Rindsfilet, rundherum 6–8 Minuten scharf anbraten. Im heissen Ofen 25-30 Minuten zu Ende garen. Das Rindsfilet in Scheiben schneiden und mit den Kirschtomaten servieren.