



## Deftige Rinderfilet-Pfanne mit Spargel

### Zutaten

- 500 g weißer Spargel
- 1 TL MAGGI Fondor (Dose)
- 10 g Butter
- 1 TL Zucker
- 20 g Schalotten
- 50 g HERTA Breakfast Bacon
- 300 g Rinderfilet
- 1 EL THOMY Reines Rapsöl
- 100 g Brechbohnen, tiefgefroren
- 250 ml Wasser
- 1 Beutel Maggi Für Genießer Sauce Hollandaise "fettarm"
- 2 EL Weißwein

### Zubereitung

1. Spargel waschen und schälen. In Wasser mit MAGGI Fondor Butter und Zucker ca. 20 Min. bissfest garen. Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. HERTA Breakfast Bacon in feine Streifen schneiden. Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden.
2. In einer Pfanne THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen. Das Fleisch darin ca. 3 Min. braten und aus der Pfanne nehmen. Schalottenwürfel und Bacon zugeben und ca. 2-3 Min. anbraten. Prinzessbohnen zugeben und 3 Min. mitdünsten.
3. 250ml Wasser zugießen. MAGGI Für Genießer Sauce Hollandaise "fettarm" einrühren und zum Kochen bringen. Die Rinderfiletstreifen zugeben und die Sauce mit Weißwein abschmecken. Den Spargel mit der Rinderfilet-Pfanne servieren. Dazu passen Spätzle oder Petersilienkartoffeln.

#### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	21 g
Energie	496 kcal
Fett	25 g
Protein	45 g

🕒 30 Minuten

⊕ 2 Portionen