

Reh-Rücken, Rotwein-Soße, Sellerie-Püree, Rote-Bete

Für zwei Personen

Für den Rehrücken:

2 ausgel. Rehrückenfilets
2 Zweige Thymian

1 Knoblauchzehe
1 EL Rapsöl

2 Zweige Rosmarin
Salz, Pfeffer

Für die Rotweinsauce:

250 ml Rinderfond
1 weiße Zwiebel
1 Lorbeerblatt

150 ml trockener Rotwein
1 TL Tomatenmark
1 EL Zucker

2 Knoblauchzehen
2 Wacholderbeeren

Für das Selleriepüree:

450 g Knollensellerie
50 g Butter

50 ml Gemüsefond
Salz

250 ml Sahne
Pfeffer

Für den Rote-Bete-Apfel-Salat:

3 vorgeg. Rote Bete Knollen
1 Zitrone
1 TL mittelscharfer Senf
1 TL Zucker

1 Apfel (Granny Smith)
1 EL Schmand
1 EL Weißweinessig
Salz

1 Orange
1 TL geröstete Haselnüsse
1 EL Haselnussöl
Pfeffer

Für den Rehrücken: Den Ofen auf 90 Grad Umluft vorheizen.

Rehrücken von Fett und Sehnen befreien. Waschen und trocknen, mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch abziehen und die Kräuter abbrausen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin mit Knoblauch, Thymian und Rosmarin bei starker Hitze rundherum 30 Sekunden anbraten. Fleisch herausnehmen und im Ofen weiter garen. Die Pfanne aufbewahren. Fleisch nach etwa 15-20 Minuten aus dem Ofen nehmen, zwei Minuten ruhen lassen und in Tranchen schneiden.

Für die Rotweinsauce: Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. In der vorherigen Fleischpfanne beides glasig bei mittlerer Hitze anschwitzen.

Zucker und Tomatenmark dazugeben. Mit einem Drittel des Rotweins ablöschen. Den Bratensatz vom Pfannenboden lösen, das Lorbeerblatt und die Wacholderbeeren hinzufügen und die Flüssigkeit fast vollständig einkochen. Den Vorgang zweimal wiederholen. Anschließend den Rinderfond angießen und das Ganze bei niedriger Hitze köcheln lassen.

Für das Selleriepüree: Sellerie schälen und 400 g in Würfel schneiden. Die übrigen 50 g in kleine Kugeln ausstechen. Selleriewürfel in Gemüsefond und Sahne etwa 15 Minuten weich dünsten. Etwa 100 ml der Flüssigkeit aus dem Topf nehmen, den Rest pürieren. Restliche Flüssigkeit und die Butter hinzugeben, bis die gewünschte Konsistenz des Pürees erreicht ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Selleriekugeln zum Anrichten in einer Pfanne mit Butter weich braten. Anschließend das Selleriepüree in die Selleriekugeln füllen.

Für den Rote-Bete-Apfel-Salat: Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zitrone auspressen. Apfel waschen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Mit etwas Zitronensaft und Wasser bedecken.

Rote Bete in feine Würfel schneiden. Haselnüsse fein hacken.

Zitronen- und Orangenschale abreiben. Haselnussöl, Essig, Senf, Zucker, Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermischen. Die Apfel- und Rote Bete- Würfel hinzugeben und mit Zitronen- und Orangenabrieb abschmecken. Salat mit Haselnüssen und Schmand anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sarah Bokop am 02. Dezember 2019