

Heu-Suppe mit im Heu gegartem Gam-Rücken

Für 4 Personen

Gamsrücken:

2 Stränge Gamsbockrückenfilet	1 Knolle Knoblauch	Olivenöl
Heu	Salz	Pfeffer

Heusuppe:

1 l Gemüsebrühe	3 Zehen Knoblauch	0,5 Bund Rosmarin
0,5 Bund Thymian	0,5 Bund Oregano	0,5 Bund Majoran
2 Zwiebeln	2 Karotten	1 Bund Frühlingslauch
40 g Graupen, fein	0,5 Kopf Sellerie	75 g Butter
100 ml Sahne	60 g Scheiben Bündnerfleisch	Heu
Olivenöl	Salz	Muskatnuss
Pfeffer		

Gamsrücken:

Gamsbockrückenfilet putzen und die Abschnitte für die Heusuppe aufbewahren. Das Filet scharf von allen Seiten in Olivenöl anbraten. Wasser und die halbierte Knoblauchknolle in einen Dampfgarer geben und auf 80 bis 100 Grad erhitzen. Etwas Heu auf dem Garblech verteilen, darauf das angebratene Filet legen und circa acht Minuten dämpfen lassen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Heusuppe:

Zwiebeln, Karotten, Frühlingslauch und Sellerie putzen und in feine Streifen schneiden. Das Heu mit etwas Olivenöl andünsten und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Rosmarin, Thymian, Oregano, Majoran, Knoblauchzehen und die Gamsrückabschnitte hinzufügen. Die Reste des geputzten Gemüses ebenfalls dazu geben, kurz aufkochen und eine halbe Stunde ziehen lassen. Die Graupen in 20 Gramm Butter anrösten und mit der passierten Heu-Bouillon auffüllen, eine Stunde leicht köcheln lassen. Die Hälfte der Sahne dazu geben, aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Gemüsestreifen mit Salz und Pfeffer würzen, in der restlichen Butter anbraten und zu der Suppe geben. Die restliche Sahne steif schlagen, mit etwas Salz und Muskatnuss würzen und kurz vor dem Servieren darunter ziehen. Die Suppe in einen Teller geben und den Gamsrücken aufgeschnitten in die Suppe legen. Dazu das Bündnerfleisch servieren.

Tim Mälzer am 19. Februar 2010