

**Kochrezepte  
aus Fernsehen oder Internet**

**Profi: Rind**

**2008-2011**

**120 Rezepte**

---

<sup>1</sup>In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

# Inhalt

Alm-Ochsen-Filet im Zitronen-Thymian-Mantel . . . . .	1
Angus-Rinder-Filet im Kräuter-Parma-Wickel . . . . .	2
Asiatische Rinder-Roulade mit Frühlingsrolle und Dip . . . . .	3
Bündner-Capauns . . . . .	4
Beef Tatar auf Graubrot mit Senf-Creme . . . . .	5
Boeuf Bourguignon la version de luxe et rapide . . . . .	6
Boeuf Bourguignon . . . . .	7
Bolognese-Ragout . . . . .	8
Bratkartoffeln mit Rumpsteak . . . . .	8
Côte de Boeuf mit rotem Zwiebel-Püree . . . . .	9
Carpaccio mit Champignon-Salat . . . . .	10
Carpaccio . . . . .	10
Chateaubriand mit Soße béarnaise . . . . .	11
Dünne Rinder-Filet-Schnitzel . . . . .	11
Ein Teller für zwei . . . . .	12
Eingelegte Rinder-Schulter mit getrockneten Früchten . . . . .	14
Erdbeeren in Tempura-Teig mit Rinder-Tatar . . . . .	15
Fiaker-Gulasch . . . . .	16
Filetto alla Rossini . . . . .	17
Fondue . . . . .	18
Gaisburger Marsch mit Rindfleisch . . . . .	19
Gebratenes Ochsen-Tatar im Salatnest . . . . .	20
Gegrillte Hochrippe Avocado, Senfsaat-Koriander-Gremolata . . . . .	20
Gekochter Tafelspitz mit Pesto Genueser Art . . . . .	21
Gemüse-Curry mit Rind-Rücken-Scheiben . . . . .	22

Gepökelte Zunge mit Tonnato-Soße . . . . .	23
Geräucherter Steinpilz-Salat mit Ölrauke und Rinder-Tatar . . . . .	24
Gerolltes Rinder-Filet mit Gi-Rolles und Pommes-Pont-Neuf . . . . .	25
Geschmorte Ochsen-Backe . . . . .	26
Geschmorte Rinder-Rippe mit Steckrüben-Püree und Karotten . . . . .	27
Geschmorte Rinder-Schulter und Meerrettich-Wirsing . . . . .	28
Grüne Soße mit Tafelspitz . . . . .	30
Hüftsteak mit Garnelen und Blumenkohl . . . . .	31
Hochrippe m. geröst. Gewürzen . . . . .	31
Kleine Roastbeef-Minuten-Steaks . . . . .	32
Labskaus mit Roastbeef und Matjes-Filets . . . . .	32
Labskaus mit Spiegelei . . . . .	33
Nudeln mit Rindfleisch und Kokos-Teriyaki-Soße . . . . .	33
Ochsen-Bäckchen, gebackene Petersilie auf Pastinaken . . . . .	34
Ochsen-Kotelett mit Speck-Salat . . . . .	35
Ochsen-Kotelett, Madeira-Rosinen-Soße, Kartoffel-Püree . . . . .	36
Ochsenschwanz-Ragout mit Semmel-Knödel . . . . .	37
Orangen-Linsen-Salat mit scharfen Roastbeef-Satés . . . . .	38
Peperonata-Bandnudeln mit gewürfeltem Rinder-Filet . . . . .	38
Porterhouse-Steak mit Barbecue-Soße und Cesar Salad . . . . .	39
Ragout von grünen Bohnen und Bündner-Fleisch . . . . .	40
Rheinischer Sauerbraten mit Printen . . . . .	41
Rinder-Filet im Gewürz-Sud pochiert mit Wurzel-Gemüse . . . . .	42
Rinder-Filet im Speck-Mantel mit Senf-Soße und Broccoli . . . . .	42
Rinder-Filet im Strudel-Teig mit Thai-Basilikum-Farce . . . . .	43
Rinder-Filet in Butter, Bohnen, Bratkartoffeln . . . . .	44
Rinder-Filet mit Champignons auf Rahm-Kohlrabi . . . . .	45
Rinder-Filet mit Cranberries und Frühling-Kohlrabi . . . . .	46
Rinder-Filet mit lauwarmer Paprika-Salsa . . . . .	46
Rinder-Filet mit Rotwein-Soße . . . . .	47
Rinder-Filet mit Tomaten-Tapanade, gratiniert . . . . .	48
Rinder-Filet Terriyaki mit Gemüse und Miso-Creme . . . . .	49

Rinder-Filet Wellington . . . . .	50
Rinder-Filet, Apfel-Kruste, Butter-Wirsing, Kartoffeln . . . . .	51
Rinder-Filet, Kartoffeln, Spargel-Pesto, Soße Béarnaise . . . . .	52
Rinder-Filet, Senf-Kräuter-Kruste, Bratkartoffel-Spalten . . . . .	53
Rinder-Filet-Steak mit Kräutern, Bandnudeln, Trüffel-Soße . . . . .	54
Rinder-Filet-Streifen auf süß-saurem Rettich-Gemüse . . . . .	55
Rinder-Filet-Tatar mit Bratkartoffeln . . . . .	56
Rinder-Geschnetzeltes mit Kokos und rotem Curry . . . . .	56
Rinder-Gulasch mit Paprika-Kraut . . . . .	57
Rinder-Hüfte mit Senf-Kräuter-Kruste . . . . .	58
Rinder-Roulade a la O. Koch . . . . .	58
Rinder-Roulade mit Gemüse und Schinken . . . . .	59
Rinder-Roulade nach Karlheinz-Hauser . . . . .	60
Rinder-Rouladen mit Rotkohl und Kartoffel-Püree . . . . .	61
Rinder-Rouladen . . . . .	62
Rinder-Schmorbraten mit Steckrüben-Gemüse . . . . .	63
Rinder-Steak mit Burgunder-Senf und Wurzel-Gemüse-Sud . . . . .	64
Rinder-Steak mit Miso-Kruste und Thai-Auberginen . . . . .	65
Rinder-Tatar mit Röstzwiebel . . . . .	66
Rinder-Zunge mit Kardamom-Zwetschgen . . . . .	67
Rindfleisch-Salat mit Kräuter-Vinaigrette . . . . .	68
Rindfleisch-Tatar . . . . .	68
Roastbeef auf getrüffeltem Linsen und Zucker-Schoten . . . . .	69
Roastbeef auf Radieschen-Spargel mit Schnittlauch-Creme . . . . .	70
Roastbeef mit gebratenem Radicchio und Polenta . . . . .	71
Roastbeef mit Pfirsich-Salat . . . . .	71
Roastbeef mit Remoulade . . . . .	72
Rosa Roastbeef mit Spitzkohl-Röllchen . . . . .	73
Rosemary's Roastbeef mit jungem Gemüse . . . . .	74
Rostbeef mit schwarzen Bohnen . . . . .	75
Rostbraten Esterhazy . . . . .	75
Rotes Curry mit Rindfleisch . . . . .	76

Rumpsteak auf gebratenem Fladenbrot . . . . .	76
Rumpsteak Café-de-Paris . . . . .	77
Rumpsteak mit Kapern-Zitronen-Haube und Rosmarin-Polenta . . . . .	78
Rumpsteak mit Kartoffel-Gratin . . . . .	79
Rumpsteak mit Kräuter-Soße und gefüllten Kartoffeln . . . . .	80
Rumpsteak-Tatar . . . . .	81
Sülze vom weißen Spargel mit weißem Tomaten-Mousse . . . . .	81
Sauerbraten rheinische Art mit Kartoffel-Knödeln . . . . .	82
Sauerkraut-Roulade vom Rind . . . . .	83
Schaschlik-Spieße von Rinder-Hüfte . . . . .	83
Spareribs . . . . .	84
Steak-Röllchen mit Kartoffel-Schiffchen . . . . .	85
Steak-Sandwich mit Chili und hausgemachter Kräuter-Butter . . . . .	86
Sushi-Rolle vom Rinder-Filet . . . . .	86
Tafelspitz mit Meerrettich und Rote Bete Carpaccio . . . . .	87
Tafelspitz mit Meerrettich-Soße . . . . .	88
Tafelspitz-Röllchen mit Dijon-Senf und Gemüse-Streifen . . . . .	88
Tafelspitz-Teller-Sülze . . . . .	89
Tagliata vom Roastbeef . . . . .	89
Thüringer Klöße mit Rouladen . . . . .	90
Tim Mälzers Silvester-Fondue . . . . .	91
Tomaten-Pfirsich-Salat mit Tatar . . . . .	91
Vogtländischer Sauerbraten mit Pfeffer-Kuchen . . . . .	92
Wagyu-Filet mit Champignons . . . . .	93
Westfälischer Pfeffer-Potthast . . . . .	93
Wiener Saftgulasch mit Nudeln . . . . .	94
Zwiebel-Rostbraten mit Bratkartoffeln . . . . .	94
Zwiebel-Rostbraten mit Gemüse-Gröstel . . . . .	95
Zwiebel-Rostbraten mit Rotwein . . . . .	96
Zwiebel-Rostbraten mit Sellerie-Püree . . . . .	97
Zwiebel-Rostbraten mit Spätzle . . . . .	98

# Alm-Ochsen-Filet im Zitronen-Thymian-Mantel

**Für 4 Personen**

**Alm-Ochsenfilet:**

800 g Rinderfilet, am Stück	3 EL Olivenöl	2 Bund Zitronenthymian
2 Bund Rosmarin	Meersalz	Pfeffer

**Streichholzkartoffeln:**

1 kg Kartoffeln, länglich	1 l Erdnussöl	Salz
---------------------------	---------------	------

**Tomaten:**

300 g Cherrytomaten	3 EL Olivenöl	1 EL Balsamico, alt
Meersalz		

**Soße:**

100 ml Weißwein	5 EL Estragonessig	1 Schalotte
1 EL Pfefferkörner, zerdrückt	4 Zweige Estragon	2 Eier
75 g Butter, kalt	1 EL Estragon	Meersalz

Den Backofen auf 120 bis 130 Grad vorheizen.

Alm-Ochsenfilet im Zitronenthymianmantel:

Rinderfilet von allen Seiten fünf Minuten in Olivenöl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Bund Zitronenthymian und einen Bund Rosmarin gemischt auf Teller legen. Das Fleisch darauf legen, mit restlichem Zitronenthymian und Rosmarin bedecken und zusammenbinden. Im Ofen garen, bis die Kerntemperatur 50 Grad erreicht hat. Wenn es schneller gehen muss, kann die Temperatur auch erhöht werden.

Streichholzkartoffeln:

Kartoffeln schälen und in Streichholzform schneiden. In 190 Grad heißem Erdnussöl knusprig frittieren, abtropfen und salzen.

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Tomaten:

Tomaten an der Rispe mit Olivenöl und Salz in eine Auflaufform geben, fünf Minuten bei 160 Grad garen. Alten Balsamico begeben.

Soße:

Weißwein, Essig, fein gehackte Schalotte, Estragonzweige und Pfefferkörner auf circa vier Esslöffel einkochen und auskühlen lassen. Eigelb mit der kalten Reduktion über einem Wasserbad aufschlagen. Butter langsam einrühren. Estragon fein hacken, zur Soße geben und diese mit Salz abschmecken. Den Kräutermantel vom Alm-Ochsenfilet vorsichtig entfernen und das Fleisch in Scheiben schneiden. Mit den Streichholzkartoffeln, Tomaten und der Soße servieren.

Andreas C. Studer am 29. August 2008

# Angus-Rinder-Filet im Kräuter-Parma-Wickel

**Für 4 Personen**

**Angus-Rinderfilet:**

500 g Angus-Rinderfilet	6 Scheiben Parma-Schinken	0,5 Bund Rosmarin
Meersalz	Pfeffer	Olivenöl

**Meerrettichcreme:**

4 EL Crème-fraîche	50 g Meerrettich, frisch	1 Zitrone
Salz		

**Rotes Risotto:**

300 g Risottoreis	1 Zwiebel	0,2 l Rotwein, trocken
1 l Gemüsefond	0,2 l Rote Betesaft	3 EL Butter
100 g Pecorino	Olivenöl	

Den Backofen auf 160 bis 180 Grad vorheizen.

Angus-Rinderfilet:

Rinderfilet mit Salz und Pfeffer würzen. Parma-Schinken auslegen und mit fein gehacktem Rosmarin bestreuen. Das Filet satt einrollen. In Olivenöl rundum circa fünf Minuten anbraten. Im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten garen, bis eine Kerntemperatur von 54 Grad erreicht ist. Unter Folie zehn Minuten ruhen lassen.

Meerrettichcreme:

Meerrettich reiben. Den Saft der Zitrone auspressen. Crème-fraîche mit frisch geriebenem Meerrettich und Zitronensaft mischen und mit Salz abschmecken.

Rotes Risotto:

Zwiebeln fein hacken und in Olivenöl andünsten. Reis begeben und kurz mitdünsten. Mit Rotwein ablöschen, nach und nach Gemüsebrühe begeben. Unter ständigem Rühren garen. Rote Betesaft, geriebenen Pecorino und Butter begeben und abschmecken. Risotto, Meerrettichcreme und das in Scheiben geschnittene Fleisch zusammen anrichten.

Andreas C. Studer am 19. Juni 2009

# Asiatische Rinder-Roulade mit Frühlingsrolle und Dip

## Für 4 Personen

### Roulade:

400 g Rinderfilet	100 g Shiitake	100 g Pak-Choi
100 g Baby-Mais	2 Spitzpaprika, rot	1 Thai-Chili
1 Bd Koriander, klein	20 g Sesamkerne	4 cl Sojasoße, hell
4 cl Austernsoße	1 cl Sesamöl, geröstet	50 g Sojasprossen
2 Limonen, unbehandelt	50 g Panko	Pflanzenöl
Salz	Zucker	

### Frühlingsrollen:

200 g Rettich	1 Bd Frühlingszwiebel	1 Thai-Chili
100 g Ingwer	1 Limone, unbehandelt	100 g Sojasprossen
50 g Cashew-Kerne	150 g Panko	2 Eier
1 l Palmöl		

### Soße:

1 EL Peta-Zeta	2 EL Essigpulver	20 g getr. Oliven, schwarz
1 Bund Schnittlauch, klein	Sesamöl	Salz
Zucker		

### Roulade:

Das Rinderfilet in einen Zentimeter starke Scheiben schneiden und auf die doppelte Größe plattieren. Salzen, zuckern und anschließend in Pflanzenöl einseitig sehr scharf anbraten. Shiitake, Pak-Choi, Babymais, Spitz-Paprika und etwas Thai Chilis in Streifen schneiden, salzen und heiß an sautieren und mit Koriander, Sesamkerne, Soja- und Austerssoße, geröstetem Sesamöl etwas Sojasprossen und Limonenabrieb verfeinern. Die Füllung in das angebratene Filet geben und einrollen, vor dem servieren mit etwas gerösteten Panko bestreuen.

### Frühlingsrollen:

Rettich blättrig schneiden, die Frühlingszwiebel und Thai Chilis länglich schneiden, Zeste und Saft von der Limone, geriebener Ingwer, Sojasprossen, grob gehackte Cashewkerne mit Panko vermengen. Frühlingsrollen mit Eiweiß bestreichen, die Füllung darauf geben zusammenrollen und in Palmöl goldgelb frittieren.

### Soße:

Sesamöl mit Peta-Zeta, Essigpulver, fein geschnittenen schwarzen Oliven und fein geschnittenem Schnittlauch verrühren und anschließend mit Salz und Zucker abschmecken und fertig ist die knackige Soße.

Stefan Marquard am 19. August 2011

# Bündner-Capauns

## Für 2 Personen

200 g Mehl	100 ml Milch	3 Eier
Salz	3 EL Kräuter	150 g Bündnerfleisch
20 Mango-Blätter	1 Zwiebel	20 g Butter
30 g Parmesan, gerieben		

Das Mehl in eine Schüssel sieben und mit Milch, Eiern und 1 Prise Salz zu einem halbfesten, geschmeidigen Spätzleteig verrühren, den Teig abdecken und circa 30 Minuten ruhen lassen. Die Kräuter waschen, gut abtropfen lassen und fein hacken. Die Rohwurst schälen, in kleine Würfel schneiden und mit den Kräutern unter den Teig mischen. Die Mangoldblätter kurz in kochendes Wasser geben, in kaltem Wasser abschrecken, auf einem Tuch trocknen und auf der Arbeitsfläche ausbreiten. Auf jedes Blatt eine kleine Teigkugel geben und die Blätter so einschlagen, dass kleine Päckchen entstehen. Die Capauns in einen Topf mit heißem Salzwasser geben und circa 15 Minuten knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Die Zwiebel schälen, in Ringe schneiden und in Butter goldbraun anbraten. Die gegarten Capauns mit einer Siebkelle herausnehmen, abtropfen, Zwiebelringe darüber verteilen und mit Parmesan bestreut servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 19. Juni 2008

## Beef Tatar auf Graubrot mit Senf-Creme

### Für 4 Personen

700 g Rinderfilet	1 TL Zucker	0,5 TL Paprikapulver, edelsüß
1 TL Tomatenketchup	4 Sardellenfilets	2 EL Kapern
8 Cornichons	0,5 Bund Petersilie, glatt	3 Schalotten
1 EL Dijon-Senf	2 Eier, sehr frisch	50 g Butter
4 Scheiben Bauernbrot	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
2 Zehen Knoblauch	150 g Crème-fraîche	1 EL Senf mit Honig, mild
0,5 Zitrone	1 Bund Schnittlauch	150 g Feldsalat
20 ml Weißweinessig	40 ml Kürbiskernöl	1 Metallring
Öl für den Ring	Malabar-Pfeffer, weiß	Salz

Das Rinderfilet mit einem scharfen Messer in kleine Würfel schneiden. Das Fleisch in eine gekühlte Schüssel geben, mit Zucker, einem halben Teelöffel Salz, Paprikapulver und Tomatenketchup würzen. Mit einem Kochlöffel alles gut vermischen und abgedeckt im Kühlschrank zehn Minuten durchziehen lassen. Sardellenfilets, Kapern und Cornichons fein hacken. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, Blätter fein hacken. Schalotten schälen, fein würfeln, einige Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen. Das Rinderfilet mit einem großen, scharfen Küchenmesser fein hacken. Das fein gehackte Fleisch in die Schüssel zurück geben, mit Senf, zwei Eigelben, Schalotten, Kapern, Sardellen, Cornichons und Petersilie mischen. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Das Tatar können Sie auch noch mit Tabasco, Worcester-Soße oder Cognac würzen.

Butter in einer Pfanne schmelzen, Brotscheiben darin von beiden Seiten, zusammen mit dem Kräuterzweigen und halbierten, ungeschälten Knoblauchzehen, goldbraun braten. Crème-fraîche mit dem Senf verrühren, mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Einen Metallring innen leicht einölen, mit dem Tatar befüllen, bis etwa einen halben Zentimeter unterhalb des Randes. Senfcreme darauf geben und glatt streichen. Den Ring abziehen. So fortfahren, bis vier gleich große Tatarküchlein entstanden sind. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und auf die Senfcreme streuen. Die gerösteten Brotscheiben auf Tellern verteilen, das Tatar darauf anrichten. Feldsalat mit Salz, Pfeffer, Weißweinessig und Kürbiskernöl marinieren und um das Tatar verteilen.

Johann Lafer am 03. Dezember 2010

# Boeuf Bourguignon la version de luxe et rapide

## Für 4 Personen

### Boef-bourguignon:

2 Schalotten	2 Karotten	1 Zehe Knoblauch
4 EL Olivenöl	3 EL Mehl	1 EL Tomatenmark
1 TL Zucker	1 Flasche Rotwein	2 EL Demi Glace
600 g Rinderfilet, Charolais	15 Soßenzwiebeln	50 g Butter
0,5 Bund Petersilie	6 Scheiben Bauernspeck	150 g Champignons, klein
50 g Mehl	Salz	Pfeffer

### Pommes Mousseline:

800 g Kartoffeln, mehlig	200 ml Sahne	Butter
Salz	Muskatnuss	

Den Backofen auf 130 Grad vorheizen.

Boef bourguignon:

Die Schalotten in Streifen und die Karotten schräg in dünne Scheiben schneiden. Den Knoblauch fein hacken. In zwei Esslöffel Olivenöl fünf Minuten andünsten. Tomatenmark und Mehl dazu geben, kurz anrösten und Zucker beigeben. Mit Rotwein auffüllen, Demi Glace dazu geben und 30 Minuten im vorgeheizten Backofen garen. Rinderfilet in einen Zentimeter Würfel schneiden, in zwei Esslöffel heißem Oliveöl kurz anbraten, würzen und warm stellen. Soßenzwiebeln schälen und zehn Minuten in Salzwasser blanchieren. Speck in einen Zentimeter Streifen schneiden, Champignons vierteln, beides anbraten. Soßenzwiebeln und einen Esslöffel Butter dazugeben. Rotweinsauce mit Mehl-Butter abbinden: Mehl mit Butter mischen, wenig davon in die Sauce rühren, bis eine gute Bindung entsteht. Fleisch dazu geben, kurz aufkochen und abschmecken. In tiefem Teller anrichten. Fein gehackte Petersilie zu Speck, Champignons und Zwiebeln geben. Über das Boef Bourguignon verteilen.

Pommes Mousseline:

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Sahne erhitzen. Die Kartoffeln stampfen und mit der Sahne verrühren. Etwas Butter hinzufügen und mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Tipp:

Mutige können das Rinderfilet auch mit einem Schuss Cognac flambieren und anschließend in die Rotweinsauce geben. Allerdings ist hierbei Vorsicht geboten!

Andreas C. Studer am 22. Januar 2010

# Boeuf Bourguignon

## Für 4 Personen

300 g kleine Schalotten	200 g Zwiebeln	250 g durchw. Speck, am Stück
450 g Bundmöhren	200 g kleine Champignons	1,5 kg Rindfleisch aus der Schulter
100 g Mehl	5 El Öl	1 Tl Tomatenmark
750 ml Rotwein	400 ml Rinderbrühe	1 Bouquet Garni
Pfeffer	1 Bund Petersilie	1 Knoblauchzehe
2 El frischer Meerrettich	1 El kalte Butter	

Schalotten pellen. Zwiebeln würfeln. Möhren schälen, längs halbieren und schräg in Stücke schneiden. Champignons putzen. Rindfleisch in 300-400 g große Stücke schneiden. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, im Mehl wenden und abklopfen. 2 El Öl in einem Bräter oder großen Topf erhitzen. Schalotten, Möhren und Champignons darin 5 Min. anbraten. Gemüse aus dem Topf nehmen und beiseite stellen. Restliches Öl in den Bräter geben und erhitzen.

Fleisch darin rundherum scharf anbraten und herausnehmen. Zwiebeln hinein geben und anbraten. Speck zugeben und mitbraten. Tomatenmark zugeben und kurz rösten. Bouquet Garni zugeben und 1/3 des Rotweins zugießen. Den Wein fast vollständig verkochen lassen, dann mit dem restlichen Rotwein aufgießen. Fleisch und Brühe zugeben, aufkochen und zugedeckt bei milder Hitze 2:30 Std. schmoren.

30 Min. vor Ende der Garzeit Fleisch, Speck und Bouquet garni aus der Soße nehmen. Soße mit dem Schneidstab pürieren. Fleisch, Gemüse und Speck zurück in den Bräter geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und zu Ende schmoren. Petersilienblätter und Knoblauch sehr fein hacken. Mit dem Meerrettich mischen. Kurz vorm Servieren die Butter in die Soße rühren, um diese zu binden. Das Fleisch mit Soße und Kräutermischung servieren.

Tim Mälzer am 07. 08. 2010

## Bolognese-Ragout

### Für 4–6 Personen

800 g Rinderbeinscheiben	600 g Schweinsnacken-Stück	400 g Lammshulter (mit Kn.)
Salz	4 El Olivenöl	1 Gemüsezwiebel
2 Möhren	2 St Staudensellerie	4 Knoblauchzehen
2 El Tomatenmark	300 ml Weißwein	600 ml Rinderbrühe
1 kl Dose pass. Tomaten	3 Lorbeerblätter	Pfeffer
1–2 El getr. Oregano	1 Bund Petersilie	150 ml Vollmilch
ca. 600 g Pappardelle	ital. Hartkäse	

Fleisch rundherum salzen. Olivenöl in einem schweren Bräter erhitzen. Fleisch darin von beiden Seiten kräftig anbraten, herausnehmen und beiseitestellen. Zwiebel in Würfel schneiden. Möhren schälen, Staudensellerie putzen und beides zusammen in Würfel schneiden. Gemüse und Knoblauchzehen in den Bräter geben und anbraten. Tomatenmark zugeben und kurz mitbraten. Mit Weißwein ablöschen, kurz einkochen lassen und mit Brühe und passierten Tomaten auffüllen. Fleisch zurück in den Bräter geben, Lorbeerblätter zugeben und 2–3 Std. mit Deckel garen. Das Fleisch nach Ende der Garzeit aus dem Bräter nehmen. Soße mit Pfeffer und Oregano würzen. Petersilie hacken und untermischen. Milch zugeben, Soße aufkochen und 5 Min. köcheln lassen. Fleisch mit 2 Gabeln in Stücke zupfen und ggf. klein schneiden. Knochen, Fett und Sehnen dabei entfernen. Fleisch zurück in den Bräter geben. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen, abgießen, abtropfen lassen, mit dem Bolognese-Ragout mischen. Mit geriebenem Hartkäse bestreut servieren.

Tim Mälzer am 25. 09. 2010

## Bratkartoffeln mit Rumpsteak

### Für 2 Portionen

400 g Rumpsteak	4 rohe Kartoffeln	1 TL Senf
2 Zwiebeln	Salz	Pfeffer
Petersilie	gegebenenfalls Kapern	Butter
Öl		

Das Fett an der Seite des Rumpsteaks einschneiden und im Folgenden das Steak mit einem Klopfer plattklopfen. Nun das Steak an seiner Oberseite kästchenartig leicht einschneiden. Diese Seiten mit Senf einstreichen. Die Zwiebel in feine Würfel schneiden und auf dem Steak verteilen. Noch kräftig pfeffern und etwas salzen. Mit Klarsichtfolie das Steak bedecken und nochmals plattklopfen. Nun das Rumpsteak mit der beschmierten Seite nach unten in eine heiße Pfanne legen. Die Rückseite dann nochmal würzen. Nach kurzem Anbraten das Steak wenden und die Pfanne bei 90 Grad in den Ofen schieben.

Zu den Bratkartoffeln:

alternativ zu rohen Kartoffeln können auch Pellkartoffeln vom Vortag genommen werden. Diese schälen und in Scheiben schneiden. Die Scheiben bei mittlerer Hitze in der Pfanne anbraten und zwischendurch schwenken. Für einen intensiveren Geschmack etwas gehackte Zwiebel an die Bratkartoffeln geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Fein gehackte Petersilie und Kapern zugeben. Ist das Steak fertig gegart, dieses aus dem Ofen nehmen und in mundgerechte Scheiben schneiden. Für das restliche Anrichten auch die Bratkartoffeln auf den Teller legen und die Rumpsteak-Scheiben mit Salz und Pfeffer leicht bestreuen.

Steffen Henssler am 29. 09. 2011

## Côte de Boeuf mit rotem Zwiebel-Püree

### Für 6 Personen

1 Rinderkotelett 1,2 kg, pariert	Meersalz, Pfeffer	400 g rote Zwiebeln
20 g brauner Zucker	250 ml Rotwein	250 ml roter Portwein
20 g Butter	1 TL Gänseeschmalz	250 ml Gemüsebrühe
2 Lorbeerblätter	1 Zweig Thymian	500 g festk. Kartoffeln
Muskatnuss	75 g zerlassene Butter	6 Schalotten
2 EL Maiskeimöl	1 Prise Cayennepfeffer	150 ml Kalbsfond
200 ml Rinderjus	50 g gebräunte Butter	2 Lauchzwiebeln

Den Backofen auf 160 Grad (Umluft nicht geeignet) vorheizen. Das Rinderkotelett mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne ganz kurz auf beiden Seiten anbraten. Auf einem Gitter (mit Blech darunter) im heißen Ofen etwa 45 Minuten garen. Herausnehmen, 15-20 Minuten ruhen lassen, dann erneut für 15 Minuten in den heißen Ofen schieben, damit es durchgehend schön rosa ist. Für das Zwiebelpüree die Zwiebeln schälen und fein Würfeln. In einem Topf braunen Zucker karamellisieren, mit Rot- und Portwein ablöschen. 20 g Butter und Gänseeschmalz einrühren und alles etwas einkochen lassen. Zwiebeln, Gemüsebrühe, ein Lorbeerblatt und Thymian zugeben und alles köcheln lassen, bis kaum noch Flüssigkeit vorhanden ist. Dann Lorbeer und Thymian entfernen und die Zwiebeln im Mixer pürieren. Das Zwiebelpüree mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Tarte die Kartoffeln schälen und in hauchdünne Scheiben hobeln. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die zerlassene Butter zufügen und alles von Hand gut durchkneten, bis die Kartoffeln weich und geschmeidig sind. Dann in eine Tarteform (18 cm Durchmesser) geben und fest andrücken. Im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen in etwa 20 Minuten goldgelb backen. Die Tarte nach dem Herausnehmen einige Minuten mit einem Teller beschweren, damit sie flach bleibt. Die Schalotten schälen, quer halbieren und auf der Schnittfläche in einer ofenfesten Pfanne mit 2 EL Maiskeimöl kräftig anrösten, mit Salz und Cayennepfeffer würzen. So viel Kalbsfond angießen, dass die Schalotten zur Hälfte mit Flüssigkeit bedeckt sind. Ein Lorbeerblatt zugeben und zusammen mit der Kartoffeltarte im Ofen etwa 20 Minuten garen. Die Rinderjus in einem Topf kurz aufkochen und mit der gebräunten Butter verfeinern. Lauchzwiebeln putzen, waschen abtropfen lassen und fein schneiden. Zum Anrichten das Fleisch in 6 Portionen, die Tarte in 12 Stücke schneiden und beides mit Schalotten und Zwiebelpüree-Nocken anrichten. Die Tarte-Stücke mit ein paar Lauchzwiebelringen bestreuen. Etwas Sauce angießen, den Rest separat dazu reichen.

Tipp: Wenn man es besonders fein haben möchte, kann man noch Trüffel dazu reichen. Dazu von einem Périgord einige Scheiben dünn abhobeln, diese in einer Pfanne mit 2 EL aufgeschäumter Butter schwenken und mit dieser auf den Kotelettstücken verteilen.

Frank Buchholz Montag, 08. August 2011

## Carpaccio mit Champignon-Salat

### Für 2 Personen

150 g Champignons	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund Basilikum
ca. 1/2 l Olivenöl	1 Zitrone	Salz
Pfeffer	150 g Rinderfilet	2 Eigelb
Worcester-Soße		

Für den Champignonsalat die Pilze putzen und grob schneiden. Die Kräuter waschen, abtropfen lassen, klein schneiden und unter die Pilze mischen. Aus ca. 3 EL Olivenöl, 2 EL Zitronensaft und Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren, diese über die Champignons geben und kurz ziehen lassen. Das Rinderfilet entgegen der Faser in dünne Scheiben schneiden, große flache Teller damit belegen, diese mit Frischhaltefolie bedecken und das Fleisch mit Hilfe eines kleinen Nudelholzes hauchdünn ausrollen. Die Folie entfernen, das Fleisch mit Olivenöl einpinseln und mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Mayonnaise Eigelb mit 2 EL Zitronensaft verrühren und das Olivenöl langsam unter Rühren solange einlaufen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Mayonnaise mit Pfeffer, Salz und Worcester-Soße abschmecken, in eine Spritzflasche füllen und in einem gitterförmigen Muster über das Fleisch spritzen. Dazu passt gut Ciabatta.

Tipp: Wenn das Rinderfilet leicht angefroren ist, lässt es sich besser in dünne Scheiben schneiden.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. Juli 2008

## Carpaccio

### Für 4 Personen

300 g Rinderfilet, Mittelstück	2 Eigelb	3 EL Weißwein
2 TL engl. Senfpulver	1 EL saure Kapern, gehackt	Pfeffer
1/4 l Pflanzenöl	Meersalz	

Das Fleisch in sehr dünne Scheiben schneiden und zwischem einem Gefrierbeutel vorsichtig plattieren. Eigelb, Weißwein, Senfpulver, gehackte Kapern und etwas Pfeffer in eine Schüssel geben und gut verrühren. Unter stetem Rühren das Öl hineinlaufen lassen bis die Soße langsam sämig wird. Einen Teller komplett mit den Rindfleischscheiben belegen, mit Meersalz bestreuen und die Soße darüber träufeln. Dazu passt Cibatta.

Vincent Klink Freitag, 29. Juli 2009

## Chateaubriand mit Soße béarnaise

### Für 2 Personen

2 Schalotten	100 g Butter	100 ml Weißwein
2 EL Weinessig	Pfeffer	400 g Rinderfilet
Salz	1 EL Butterschmalz	3 Eigelb
2 Zweige Kerbel	2 Zweige Estragon	

Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, abschäumen und klären. Weißwein, Essig und Schalotten mit etwas Pfeffer in einem Topf auf ein Drittel einkochen. Den Ofen auf 130 Grad vorheizen (Umluft 120 Grad; Gas Stufe 2). Das Rinderfilet von den Sehnen befreien, plattieren, mit Salz und grobem Pfeffer gut würzen und in einer Pfanne mit Butterschmalz kurz anbraten, dann im Ofen ca. 30 Minuten garen. Das Eigelb mit der eingekochten Reduktion in einen Schlagkessel geben und über dem Wasserbad aufschlagen bis eine schaumige Crème entsteht. Nun nach und nach die geklärte Butter zugeben. Kerbel und Estragon fein hacken, in die Soße geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Soße warm stellen. Das Filet aus dem Ofen nehmen, 5 Minuten ruhen lassen, tranchieren und die Soße darüber geben. Als Beilage passen gut frisches Gemüse und gebackene Kartoffeln.

Rainer Strobel Montag, 28. Januar 2008

## Dünne Rinder-Filet-Schnitzel

### Für 8 Personen

8 Scheiben Rinderfilet	Salz	Pfeffer
2 El Sahne	2 Eier (Kl. M)	50 g Mehl
150 g Semmelbrösel	100 g Butterschmalz	

Rinderfiletscheiben nacheinander zwischen 2 Schichten Klarsichtfolie dünn plattieren. Auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Sahne und Eier in einer Schüssel mit einer Gabel verquirlen. Mehl und Semmelbrösel jeweils in eine Schale oder einen tiefen Teller geben. Nacheinander die Schnitzel kurz im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen, dann durch die Eiersahne ziehen und anschließend in den Semmelbröseln panieren. Die Panade dabei nur leicht andrücken. Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin von beiden Seiten ca. 2 Minuten goldgelb ausbacken. Dabei immer wieder mit dem Fett begießen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Zubereitungszeit: 35 Minuten

Tim Mälzer am 08. 05. 2010

# Ein Teller für zwei

## Für 4 Personen

### Rinderfiletwürfel:

2 Würfel Rinderfilet, a 2 cm	1 TL Öl	2 EL Bratensoße, fertig
Pfeffer , schwarz	Salz	

### Garnelen:

1 Mango, klein	1 Lauchzwiebel	4 EL Chilisoße, sweet-hot
2 Riesen-Garnelen	1 – 2 EL Olivenöl, mild	0,5 Zehe Knoblauch
2 Scheiben Ingwer	0,25 Vanilleschote	1 Splitter Zimtrinde
Chilisal, mild		

### Hendlbrustwürfel:

1 Artischocke, klein	0,5 Zitrone	2 Eier
1 TL Rotweinessig	1 TL Senf, scharf	100 ml Öl,neutral
2 Würfel Hendlbrust	1 – 2 EL Butter, braun	0,5 Zehe Knoblauch
2 Scheiben Ingwer	0,25 Vanilleschote	1 Splitter Zimtrinde
3 Kardamomkapseln	Chilisal, mild	Chilipulver, mild
Worcestershiresoße	Salz	

### Austern:

2 Austern, groß	2 – 4 Sch Ingwer, eingelegt	
-----------------	-----------------------------	--

### Lachs:

1 Pastinake, klein	250 ml Gemüsebrühe	1 EL Butter
1 EL Butter, braun	3 Kardamomkapseln	0,5 TL Zimtsplitter, klein
0,5 TL Vanilleschote	3 Pimentkörner	2 EL Würfel Lachs, gebeizt
2 Zweige Dill	Muskatnuss	Salz

### Wachtelei:

2 Wachteleier	1 Handvoll Portulaksalat	0,5 Zitrone
1 EL Olivenöl, mild	Pfeffer, schwarz	Zucker
Salz		

### Klare Kardamomessenz:

200 ml Kraftbrühe	5 Kardamomkapseln	1 Splitter Zimtrinde
0,25 Vanilleschote	1 Schote Chili, klein	1 – 2 Scheiben Knoblauch
1 Scheibe Ingwer	Sherry, halbtrocken	Salz

### Rinderfiletwürfel:

Die Rinderfiletwürfel in einer Pfanne im Öl bei mittlerer Hitze in einigen Minuten rosa braten, anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Je einen kleinen Löffel Bratensauce in zwei Vertiefungen verteilen und die Rinderfiletwürfel darauf anrichten.

### Garnelen auf Mango-Chilisoße:

Die Fruchtfleisch der Mango in sehr kleine Würfel schneiden. Die Lauchzwiebel putzen und sehr fein schneiden. Die Mangowürfel und Lauchzwiebeln in die Chilisoße rühren. Die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden. Die Garnelen schälen, entdarmen und an der dicken Seite bis zur Hälfte einschneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze in einem Teelöffel Olivenöl etwa zwei Minuten sanft braten. Die Pfanne vom Herd nehmen, in der Nachhitze noch kurz ziehen lassen. Das restliche Olivenöl mit Knoblauch, Ingwer, der ausgekratzten Vanilleschote und Zimt dazu geben und mit Chilisal würzen. Die Mango-Chili-Sauce in zwei Vertiefungen verteilen und die Garnelen darauf anrichten, die Gewürze dabei heraus nehmen.

### Hendlbrustwürfel auf Artischockenblättern:

Saft der Zitrone auspressen. Die Artischocke in Salzwasser mit dem Zitronensaft je nach Größe in etwa 20 Minuten weich kochen, bis sich die Blätter abzupfen lassen. Zwei große Blätter

abzupfen und den Rest anderweitig verwenden. Für die Mayonnaise ein Eigelb mit Salz verrühren und eine Minute stehen lassen. Rotweinessig, einige Tropfen Worcestershiresoße, Senf und etwas mildes Chilipulver hinein rühren. In einem dünnen Strahl das Öl hinein rühren, zuerst nur tropfenweise, später etwas zügiger. Mit Salz und Chili nachschmecken. Für das Gelingen der Mayonnaise ist wichtig, dass alle Zutaten Zimmertemperatur haben. Ein Ei hart kochen, schälen, klein hacken und unter die Mayonnaise rühren. Die Hendlbrustwürfel in einer Pfanne in einem Teelöffel brauner Butter rundherum insgesamt etwa zwei Minuten anbraten, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze der Pfanne saftig durch ziehen lassen. Die braune Butter mit Knoblauch, Ingwer, Zimt, ausgekratzter Vanilleschote und dem angedrückten Kardamom dazu geben, mit Chilisalz würzen und die Hendlbrustwürfel darin wenden. Etwas Mayonnaise in zwei Vertiefungen geben, je ein Artischockenblatt hinein stecken und einen Hendlbrustwürfel darauf legen.

Austern:

Die Austern mit einem Austernmesser aufbrechen, das Austernfleisch heraus nehmen und in eingelegte Ingwerscheiben wickeln. Etwas Mayonnaise in zwei Vertiefungen geben und die Austern darauf verteilen.

Gebeizter Lachs auf Pastinakenpüree:

Die Pastinaken schälen und klein schneiden. In Brühe weich kochen, abtropfen lassen und mit Butter und brauner Butter zu einem sämigen Püree mixen. Die Vanilleschote klein hacken, die Pimentkörner zerdrücken. Angedrückten Kardamom, Zimt, Vanille und Piment in eine Gewürzmühle füllen und das Püree damit ein wenig würzen. Einen Hauch Muskatnuss hinein reiben und mit Salz abschmecken. Je einen Löffel Pastinakenpüree in zwei Vertiefungen füllen und die Lachswürfel darauf verteilen. Mit Dill garnieren.

Wachtelei auf Portulaksalat:

Die Wachteleier zweieinhalb bis knapp drei Minuten kochen, kalt abschrecken und schälen. Etwa einen Teelöffel Saft der Zitrone auspressen. Den Portulaksalat waschen, verlesen und abtropfen lassen. Mit Zitronensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Den Salat in je zwei Vertiefungen verteilen, die Wachteleier halbieren, mit Salz und Pfeffer würzen und auf den Salat legen.

Klare Kardamomessenz:

Die Kraftbrühe erhitzen, aber nicht kochen lassen. Die Kardamomkapseln andrücken und mit Zimt, ausgekratzter Vanilleschote, Chili, Knoblauch und Ingwer einige Minuten in der Brühe ziehen lassen. Mit einigen Tropfen Sherry und einer Prise Salz abschmecken und in vorgewärmte Glas-Mokkatassen füllen.

© Spiegel TV infotainment/

Alfons Schuhbeck am 11. Februar 2011

# Eingelegte Rinder-Schulter mit getrockneten Früchten

## Für 4 Personen

Für den Braten	3 Schalotten	1 Knoblauchzehe
80 g Möhren	30 g Petersilienwurzel	50 g Staudensellerie
400 ml Rotwein	200 ml Wasser	2 Gewürznelken
1 Lorbeerblatt	5 Pfefferkörner	1 TL Zucker
Salz	800 g Rinderschulter	2 EL Olivenöl
1 EL Tomatenmark	1/2 Scheibe Pumpernickel	80 g Crème-fraîche

## Für die getrockneten Früchte:

100 ml Weißwein	300 ml Apfelsaft	1 Kardamomkapsel
4 Gewürznelken	1 Msp. geriebene Zitronenschale	Salz, weißer Pfeffer
250 g Dörrobst		

## Für die Kartoffelwargel:

400 g Kartoffeln, mehlig	Salz	1 Eigelb
25 g geklärte Butter	Pfeffer, Muskat	1 EL Mehl
1 Ei	ca. 60 g Paniermehl	5-6 EL Pflanzenöl

Für den Braten Schalotten, Knoblauch, Möhre und Petersilienwurzel schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Staudensellerie waschen und ebenfalls würfeln. 200 ml Rotwein und 200 ml Wasser mit den Gemüsen in einem Topf aufkochen, 2 Nelken, Lorbeerblatt und Pfefferkörner zugeben und mit Zucker und einer Prise Salz würzen. Die Marinade abkühlen lassen. Rinderschulter in eine flache Schale geben, mit der ausgekühlten Marinade begießen und zugedeckt einen Tag im Kühlschrank ziehen lassen. Für die Früchte Weißwein, Apfelsaft, Kardamom, Nelken, Zitronenschale, etwas Salz und Pfeffer in einen Topf geben und erhitzen. Die Dörrobst in eine Schüssel oder Schale geben und mit der erhitzten Flüssigkeit begießen und ziehen lassen. Den Backofen auf 200 Grad (180 Grad Umluft) vorheizen. Dann das Fleisch in ein Sieb abgießen und die Marinade auffangen. Das Fleisch aus den Gemüsen nehmen, gut abtrocknen. Die Marinade in einen Topf geben aufkochen und aufschäumen. Gemüse aufbewahren. In einem Schmortopf 2 EL Olivenöl erhitzen, das Fleisch darin rundum anbraten. Dann das Gemüse zufügen und ebenfalls anrösten. Tomatenmark zugeben und unterrühren. Mit der abgekochten Marinade aufgießen und zugedeckt im vorgeheizten Backofen 30 Minuten garen. Dabei immer wieder umrühren und etwas Rotwein nachgießen. Nach 30 Minuten Schmorzeit den Pumpernickel hineinbröseln. Weitere 30 Minuten zugedeckt garen, dann prüfen ob das Fleisch weich ist, eventuell die Garzeit verlängern. Das weich geschmorte Fleisch herausnehmen und warm stellen. Die Sauce mixen und durch ein Sieb passieren, anschließend Crème-fraîche untermischen und abschmecken.

Für die Kartoffelwargel:

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Gekochte Kartoffeln abschütten, wieder in den Topf geben und nochmals kurz auf die heiße Herdplatte stellen, um die Kartoffeln auszdampfen. Dann durch eine Presse drücken und mit Eigelb und der geklärten Butter vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Kartoffelmasse zu Kugeln formen, diese in Mehl, Ei und Paniermehl panieren und flach drücken. Die geformten Wargel in einer Pfanne mit reichlich Pflanzenöl knusprig ausbacken. Das eingeweichte Dörrobst erwärmen. Das Fleisch aufschneiden und auf die Teller geben, dann die Sauce und die Trockenfrüchte dazugeben. Zum Schluss die Kartoffelwargel daneben setzen.

Jörg Sackmann Dienstag, 08. Februar 2011

## Erdbeeren in Tempura-Teig mit Rinder-Tatar

### Für 2 Personen

500 g Erdbeeren	300 g Rinderfilet	1 Schalotte
1 Bund Schnittlauch	5 Stängel Basilikum	1 kleiner Romanasalat
Salz, Pfeffer	1 Spritzer Worcester-Soße	3 EL Olivenöl
150 g Tempuramehl	3 Eiweiß	Frittierfett
1 EL Essig	1/2 TL scharfer Senf	bunter Pfeffer
grobes Meersalz		

Erdbeeren waschen, abtropfen lassen und putzen. Das Rindfleisch in sehr feine Würfel schneiden bzw. hacken. Schalotte schälen und sehr fein würfeln. 4 Erdbeeren ebenfalls fein würfeln. Schnittlauch und die Blätter von 2 Basilikumstängel fein hacken. Den Salat putzen waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Rindfleisch mit Schalotte, gewürfelten Erdbeeren und gehackten Kräutern vermischen. Mit Salz, Pfeffer, Worcester-Soße und Olivenöl abschmecken. Tempuramehl mit ca. 150 ml kaltem Wasser glatt rühren. Eiweiß steif schlagen und darunter ziehen. Den Teig mit Pfeffer und Salz würzen. 3 Erdbeeren würfeln und für die Dekoration zurückbehalten, die restlichen Erdbeeren halbieren und die Hälften durch den Teig ziehen. In einem Topf mit heißem Fett die Erdbeeren frittieren. Restliche Basilikumblätter ebenfalls durch den Teig ziehen und frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Essig, 2 EL Olivenöl, Senf, etwas Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette verrühren und den Salat damit anmachen. Einen Metallring von ca. 10 cm Durchmesser auf einen Teller geben, zu 1/3 mit Salat füllen, dann Tatar daraufgeben und fest andrücken. Den Ring abziehen, die Tempuraerdbeeren und frittierten Basilikumblättern anlegen und mit gewürfelten Erdbeeren garnieren. Mit grob gemörserten bunten Pfeffer und grobem Salz bestreuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 26. Mai 2009

## Fiaker-Gulasch

### Für 4 Personen

800 g Zwiebeln	1,5 Knoblauchzehen	1 kg Rindfleisch
1/2 Biozitrone	1 Sardellenfilet	1 Msp. Kümmel
5 EL Schmalz	2 EL Tomatenmark	3 EL Paprikapulver, edelsüß
100 ml Rotwein	500 ml Rinderbrühe	Salz, Pfeffer
300 g Bandnudeln	1 EL Butter	

Die Zwiebeln und eine Knoblauchzehe schälen und fein schneiden. Das Fleisch in ca. 5 cm große Würfel schneiden. Von der Zitrone etwas Schale abschneiden. Diese mit dem Sardellenfilet, einer geschälten halben Knoblauchzehe und Kümmel sehr fein zu einer Gulasch-Gewürzmischung zerhacken. In einem Topf mit 5 EL Schmalz die Zwiebeln langsam anschwitzen, bis sie etwas Farbe genommen haben. Dann gehackten Knoblauch, Tomatenmark und Paprikapulver zugeben und gut untermischen. Alles mit Rotwein ablöschen und diesen fast vollständig einkochen lassen. Anschließend mit Rinderbrühe aufgießen, mit etwas Salz, Pfeffer und etwas Gewürzmischung würzen. Dann die Fleischwürfel zugeben und das Gulasch abgedeckt ca. 2,5 leicht simmern lassen, bis das Fleisch weich ist. Dann das Fleisch mit einer Fleischgabel ausstechen und den Sud solange einkochen, bis er eine dickliche Konsistenz hat. Die Fleischwürfel wieder zugeben und nochmals mit Salz, Pfeffer und etwas Gewürzmischung abschmecken. Die Nudeln in einem Topf mit sprudelndem Salzwasser gar kochen, abschütten und in einer Pfanne mit Butter kurz schwenken. Nudeln mit dem Gulasch anrichten. Nach Belieben mit Blattpetersilie garnieren.

Karlheinz Hauser Montag, 23. Mai 2011

# Filetto alla Rossini

## Für 4 Personen

### Rinderfilet:

4 Rinderfilets	50 ml Calvados	150 ml Rotwein
200 ml Rinderfond, dunkel	50 ml Madeira	50 g Butter
4 Scheiben Gänsestopfleber	1 Zwiebel	Thymian
Rosmarin	Mehl	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

### Lauchgemüse:

1 Lauchstange	Butter	Muskat
Salz	Pfeffer	Trüffel, schwarz

Den Backofen auf 90 Grad vorheizen.

Rinderfilet:

Rinderfilets in einer Pfanne in heißem Öl mit Thymian und Rosmarin circa 30 Sekunden anbraten. Mit etwas Calvados ablöschen, danach den Rotwein dazugeben und etwas einkochen lassen. Rinderfond dazugeben und mit der Temperatur runterfahren. Wenn die Soße etwas sämiger wird, etwas Madeira dazugeben und alles einkochen lassen. Alles zusammen für 30 Minuten in den vorgeheizten Backofen schieben. Nach der Hälfte der Zeit, den Backofen auf 70 Grad runterschalten. Inzwischen die Pfanne heiß werden lassen, ganz wenig Butter dazugeben und die vier Scheiben Gänsestopfleber circa zwei Minuten anbraten. Eine halbierte Zwiebel mit in die Pfanne geben. Mit restlichem Calvados und Madeira ablöschen. Rinderfilet aus dem Ofen nehmen, kurz aufwärmen, restliche Butter in Scheiben in etwas Mehl wenden und zu der Soße geben. Alles wieder etwas einkochen lassen, bis die Soße richtig schön sämig wird. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lauchgemüse:

Lauchstange der Länge nach halbieren, fein schneiden und in eine Pfanne mit etwas Butter kurz anbraten. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Auf vorgewärmte Teller zuerst den Lauch geben, darauf das Rinderfilet und dann die Gänsestopfleber legen. Mit Soße übergießen und zum Schluss den schwarzen Trüffel darüber hobeln.

Johann Lafer / Samitz am 19. Dezember 2008

# Fondue

## Für 6 Personen

### Für das Fondue:

1 Blumenkohl	1 Brokkoli	2 Karotten
1 Sellerieknolle	1 Stange Lauch	200 g Rinderfilet
200 g Kalbsfilet	200 g Schweinefilet	200 g Hähnchenbrust
1,5 l Geflügelbrühe		

### Für die AIBA-Soße:

100 g Ketchup	1 Msp Sambal-Oelek	4 EL Wasser
Zucker	2 Spritzer Tabasco	1 TL schwarzer Pfeffer
Salz		

### Für die Currysoße:

1 EL Curry	1 TL Butter	100 g Mayonnaise
4 EL Bananensaft	4 EL Ananassaft	50 ml Sahne
1 Spritzer Zitronensaft	Salz, Zucker	

### Für die Senfsoße:

1/2 Bund Schnittlauch	100 g Mayonnaise	50 g Naturjoghurt
1 EL grober Senf	1 TL Dijon-Senf	Salz, Pfeffer, Zucker

### Für die Salsa-Verde:

1 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund Basilikum
1/2 Bund Estragon	1/2 Bund Kerbel	100 ml Olivenöl
1 TL Senf	1 Sardellenfilet	Salz, Pfeffer

Blumenkohl und Brokkoli putzen und in Röschen teilen, Karotten und Sellerie schälen und in Würfel schneiden, den Lauch putzen und waschen und in Ringe schneiden. Gemüse separat in Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Das Fleisch nach Belieben in Würfel oder Streifen schneiden und auf einem Teller anrichten. Die Brühe in einem Topf aufkochen und in den Fonduetopf umfüllen. am Tisch die Fleisch und Gemüsewürfel mit Hilfe von Spießen im Fond garen. Zum Fondue die verschiedenen Dipsoßen reichen. Als Beilage passen auch Kartoffeln und Baguette. Für die AIBA-Soße Ketchup, Sambal Oelek, Wasser, eine Prise Zucker, Tabasco und Pfeffer in einer Schüssel verrühren, mit Salz abschmecken. Für die Currysoße Curry und Butter in einer Pfanne anschwitzen, dann unter die Mayonnaise mischen. Den Curry in Butter anschwitzen und zur Mayonnaise geben. Bananensaft, Ananassaft, Sahne und Zitronensaft unterrühren, mit Salz und Zucker abschmecken. Nach Belieben kann noch etwas Joghurt zugegeben werden. Für die Senfsoße den Schnittlauch fein schneiden. Mayonnaise mit Joghurt und den Senfsorten vermischen, Schnittlauch untermengen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Für die Salsa-Verde die Kräuter abspülen, trockenschütteln und fein schneiden. Olivenöl mit Senf und Sardelle mit dem Pürierstab vermischen, dann die Kräuter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Karlheinz Hauser Montag, 28. Dezember 2009

## Gaisburger Marsch mit Rindfleisch

### Für 4 Personen

500 g Suppenfleisch	2 Zwiebeln	200 g Mehl
2-3 Eier	Salz	4 Kartoffeln
2 Karotten	1 große Petersilienwurzel	1 kleines Stück Sellerie
5 Pfefferkörner	1 Prise Muskat	1 Stange Lauch
Pfeffer	2 EL Butterschmalz	1 Bund Schnittlauch

Das Fleisch ca. 1 Stunde in einem Topf mit ca. 2 Liter ungesalzenem Wasser sanft kochen. Den dabei entstehenden Schaum immer wieder abschöpfen. Eine Zwiebel mit der Schale halbieren, in einer Pfanne ohne Fett auf den Schnittstellen dunkel rösten und mit in den Topf geben. Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben, das Mehl in der Mitte eindrücken und die Eier und eine Prise Salz dazugeben. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel mit einer Klarsichtfolie verschließen und den Teig eine halbe Stunde ruhen lassen. In der Zwischenzeit einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Ein Spätzlebrett kurz in das kochende Wasser tauchen und ca. 2 EL Teig darauf streichen. Den Teig mit einem angefeuchteten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben. Wenn die Spätzle gar sind, steigen sie nach oben. Mit einem Sieblöffel die Spätzle aus dem kochenden Wasser schöpfen, kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben und anschließend abseihen. Das Ganze so lange wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist. Die Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser weich kochen. Karotten, Petersilienwurzel und Sellerie putzen, schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Nach ca. 1 Stunde Kochzeit die Gemüsewürfel, Pfefferkörner und Muskat mit in den Fleischtopf geben. Alles ca. 30 Minuten weiterkochen, bis das Fleisch weich ist. Den Lauch waschen, putzen, in Ringe schneiden und die letzten fünf Minuten in der Fleischbrühe mit kochen. Das Fleisch und die Gemüsewürfel aus der Brühe nehmen. Die Brühe passieren, circa 1 Liter davon wieder aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz braun anschwitzen. Schnittlauch fein schneiden. Das Fleisch in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Spätzle, Gemüsewürfel, Kartoffeln und Fleisch in eine Suppenterrine geben, mit der heißen Fleischbrühe auffüllen und den Eintopf mit den geschmälzten Zwiebeln und Schnittlauch garnieren.

Vincent Klink Donnerstag, 26. Mai 2011

## Gebratenes Ochsen-Tatar im Salatnest

### Für 2 Personen

2 Kartoffeln, fest kochend	2 Schalotten	2 EL Kapern
2 Cornichons	1 Sardellenfilet	3 Zweige glatte Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch	300 g frisches Ochsenfilet	3 EL Olivenöl
1 EL scharfer Senf	1 Eigelb	1 TL rote Currypaste
1/2 Zitrone, ausgepresst	2 cl Cognac	Salz, Pfeffer
1 EL Sonnenblumenöl	50 g Friséesalat	50 g Feldsalat
2 Pellkartoffeln, frisch abgekocht	1 EL Essig	1 Schalotte

Kartoffeln kochen und pellen. Schalotten schälen und fein schneiden. Kapern, Cornichons und das Sardellenfilet fein hacken. Petersilie und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Filet mit einem scharfen Messer in sehr feine Würfel schneiden. Damit das Tatar schön locker bleibt, sollte man das Fleisch nicht durch den Fleischwolf drehen. Das Fleisch mit Kapern, eine fein geschnittene Schalotte, Cornichons, Petersilie, Schnittlauch und 1 EL Olivenöl vorsichtig mischen. Den Senf, das Eigelb, das feingehackte Sardellenfilet, die Currypaste und den Saft einer halben Zitrone zugeben und untermischen. Mit Cognac, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Tatar zu kleinen „Buletten“ formen und Sonnenblumenöl kurz scharf anbraten, so dass das Innere noch kalt ist. Die Salate waschen und abtropfen lassen. Aus 2 EL Olivenöl, Essig, einer feingehackten Schalotte, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren. Kartoffel in Scheiben schneiden. Den Salat und die Kartoffeln damit anmachen. Salat und Kartoffeln in der Mitte der Teller platzieren und das Tatar darauf anrichten.

Otto Koch Freitag, 19. März 2010

## Gegrillte Hochrippe Avocado, Senfsaat-Koriander-Gremolata

### Für 4 Personen

600 g Hochrippe mit Fettrand	4 mittelgroße Kartoffeln	5 EL Olivenöl
Meersalz	2 Zweige Rosmarin	2 vollreife Avocados
8 Kirschtomaten, enthäutet	3 Stiele frischer Koriander	3 Stiele glatte Petersilie
1 Zitrone, unbehandelt	1 EL Senfsaat, geröstet	4 schwarze Pfefferkörner

Das Fleisch langsam von allen Seiten grillen, dann an den Grillrand ziehen und dort abgedeckt mit Alufolie ca. 1 Stunde garen (die Kerntemperatur des Fleisches sollte am Ende ca. 54 Grad betragen). Die Kartoffeln waschen, vierteln (mit Schale) und jeweils zwei viertel auf ein Stück Alufolie setzen, mit etwas Olivenöl, Meersalz und Rosmarin bestreuen und einpacken. Die Kartoffelpäckchen auf dem Grill garen. (Man kann die Kartoffelviertel auch auf ein Backblech geben, mit Olivenöl beträufeln, mit Meersalz bestreuen und Rosmarinzweige dazu legen. Im 160 Grad heißen Ofen die Kartoffeln ca. 25 Minuten garen.) Die Avocado schälen, halbieren und in Spalten schneiden. Die Spalten vorsichtig und kurz grillen. Die Kirschtomaten am Grillrand von allen Seiten kurz angrillen. Für die Senfsaat-Koriander-Gremolata. Koriander und Petersilie abspülen, trockenschütteln und fein schneiden. Zitrone waschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Senfsaat und Pfeffer mixen oder im Mörser fein zerstoßen. Mit Zitronenschale und 3 EL Olivenöl mischen und die Kräuter untermischen. Avocados und Kartoffelspalten abwechselnd auf dem Teller anrichten. Je zwei Kirschtomaten obenauf legen und mit etwas Gremolata beträufeln. Das Fleisch in 4 Scheiben tranchieren und zugeben. Mit Meersalz und Gremolata würzen.

Michael Kempf Freitag, 12. Juni 2009

## Gekochter Tafelspitz mit Pesto Genueser Art

**Für 4 Personen**

**Für den Tafelspitz:**

800 g Tafelspitz	500 g Rindfleischknochen	1/2 TL weiße Pfefferkörner
1 Bund Suppengemüse	1 Knoblauchzehe	Meersalz

**Für das Pesto:**

1 Bund Basilikum	1 Knoblauchzehe	100 g Pecorino oder Parmesan
1/2 Chilischote	30 g Pinienkerne	1 Sardellenfilet in Öl
1/4 l Olivenöl	1 TL schwarzer Pfeffer	

Für den Tafelspitz das Fleisch und die Knochen waschen. In einen Topf die Knochen und Pfefferkörner geben und mit ca. 2 l kaltem Wasser auffüllen. Aufkochen lassen und den Tafelspitz in die kochende Flüssigkeit geben. Dann die Hitze reduzieren, sodass die Brühe nur noch simmert, also ganz leicht kocht. Den Tafelspitz ca. 1,5 – 2 Stunden zugedeckt garen. Währenddessen die Brühe immer wieder abschäumen. Das Suppengemüse putzen, waschen bzw. schälen und zerkleinern, den Knoblauch schälen. Suppengemüse und Knoblauch nach einer Stunde zum Fleisch geben und mitköcheln lassen. Für das Pesto Basilikum waschen und trochentupfen. Blätter grob schneiden. Den Knoblauch schälen, den Käse reiben. Chilischote halbieren, die Kerne austreichen und Fruchtfleisch grob hacken. Zerkleinerte Zutaten und Pinienkerne in den Mixer oder einen hohen Becher geben. Sardellenfilet abtropfen lassen und dazugeben. Olivenöl hinzufügen und alles im Mixer oder mit dem Pürierstab fein pürieren. Das Pesto mit Pfeffer abschmecken. Den Tafelspitz aus der Brühe nehmen und etwas ruhen lassen. Fleisch von der spitzen Seite her in fingerdicke Scheiben schneiden. Nach zwei Dritteln das Fleisch um 90 Grad drehen und quer, d.h. gegen die Faser, schneiden. Den Tafelspitz auf Tellern anrichten, mit grobem Meersalz bestreuen und mit dem Pesto servieren. Dazu passen in der Brühe gegarte Bouillonkartoffeln und Möhren. (Restliche Brühe für eine Suppe weiterverwenden.)

Vincent Klink Mittwoch, 09. April 2008

## Gemüse-Curry mit Rind-Rücken-Scheiben

### Für 2 Personen

2 Knoblauchzehen	1 TL Ingwerwurzel	1 Chilischote
EL Sojasoße	300 g Rindsrücken	100 g Möhren
100 g Staudensellerie	100 g grüne Bohnen	100 g Paprikaschoten
2 Zwiebeln	3 EL Erdnussöl	3 TL Madrascurry
300 ml Kokosmilch, ungesüßt	1 TL Speisestärke	
1/2 Bund Koriander		

Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken, die Chilischote entkernen, klein schneiden und alles miteinander vermengen. Die Hälfte der Knoblauch-Chili-Ingwermischung mit Sojasoße zu einer Marinade verrühren. Das Rindfleisch in dünne Scheiben und dann in circa 4x4 cm große Stücke schneiden. Die Fleischstücke in der Marinade einlegen. Das Gemüse und die Zwiebeln waschen, putzen bzw. schälen und in Streifen schneiden. Die restliche Knoblauch-Chili-Ingwer Mischung in einem Wok oder Topf mit erhitztem Erdnussöl anschwitzen, das Gemüse zugeben und mit Currypulver würzen. Mit Kokosmilch ablöschen und 3-4 Minuten köcheln lassen. Unter das marinierte Fleisch etwas Speisestärke mischen und das Fleisch in einer Pfanne im heißen Öl kurz anbraten, zu dem Gemüse geben, kurz köcheln lassen und gehacktem Koriander unterrühren. Dazu passt gut Duftreis.

Rainer Strobel Montag, 18. Februar 2008

## Gepökelte Zunge mit Tonnato-Soße

### Für 4 Personen

1 geräucherte Rinderzunge (ca. 500 g)	6 Pfefferkörner	Salz
4 Eigelb	2 TL Meerrettichsenf	1 TL Weißweinessig
ca. 350 ml Pflanzenöl	1 kleine Dose Thunfisch in Öl	1 Sardelle (aus dem Glas)
1/8 l Weißwein	4 Kapern	1 TL Balsamico
Pfeffer		

Die Zwiebel schälen und mit Nelken und einem Lorbeerblatt spicken. Die Zunge in einen Topf mit soviel Wasser geben, dass sie gerade bedeckt ist, einmal aufkochen, die gespickte Zwiebel und Pfefferkörner (kein Salz!) dazugeben und köcheln lassen. Nach einer halben Stunde das Wasser probieren, wirkt es versalzen noch etwas Wasser hinzugeben, ist es zu fad etwas Salz zugeben. Die Zunge ca. noch 1 – 1,5 Stunden kochen. Für den Gartest eine Fleischgabel an der dicksten Stelle tief einstechen, wenn sich diese ganz leicht herausziehen lässt, ist die Zunge gar. Die Zunge in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, lauwarm abkühlen lassen. Für die Tonnato-Soße erst eine Mayonnaise herstellen. Dafür 2 Eigelb in eine Schüssel geben und mit Senf und Essig gut verrühren. Ca. 300 ml Öl unter stetigem Rühren hineinlaufen lassen, bis die gewünschte Dicke erreicht ist. Den Thunfisch abtropfen lassen, die Sardelle fein hacken und alles mit 2 Eigelb, ca. 1/8 l Weißwein, ca. 50 ml Öl, Kapern und Balsamico in einen Mixer geben und gut vermengen. Die Mayonnaise unterrühren und die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zunge in dünne Scheiben schneiden, auf einer Platte anrichten und mit der Tonnato-Soße beträufeln.

Tipp: Für die Mayonnaise kann man je nach Vorliebe und Geschmacksrichtung Sonnenblumen-, Oliven-, Distel- oder Traubenkernöl verwenden.

Tipp: Man kann die Zunge auch mit etwas Olivenöl beträufeln und die Tonnato-Soße separat reichen.

Vincent Klink Donnerstag, 12. Juni 2008

# Geräucherter Steinpilz-Salat mit Ölrauke und Rinder-Tatar

## Für 4 Personen

### Für das Tatar:

450 g Rinderfilet	Salz, Zucker	Paprikapulver
1 Schalotte	20 g Cornichons	10 g Kapern
10 g Sardellen	10 ml Olivenöl	2 Eigelb
Pfeffer	1 Prise Meersalz	1 EL Ketchup
1 TL scharfer Senf		

### Für den Salat:

100 g Ölrauke	50 ml Olivenöl	20 ml weißer Balsamico
1 TL scharfer Senf	Salz, Pfeffer	300 g Steinpilze
3 Schalotten	3 Stiele glatte Petersilie	2 EL Pflanzenöl
40 g Butter	Salz, Pfeffer	1 Spritzer Zitronensaft

### zusätzlich:

4 kleine Weckgläser	1 Rauchpfeife	20 g Räuchermehl
---------------------	---------------	------------------

Das Rinderfilet mit Salz, Zucker und Paprika würzen. Die Schalotte schälen und fein schneiden. Cornichons, Kapern und Sardellen in kleine feine Würfel schneiden. Das Filet durch einen Fleischwolf lassen und die geschnittenen Würfel hinzufügen. Mit Olivenöl, Eigelb, Pfeffer, Meersalz, Ketchup und etwas Senf abschmecken. Bis zum Servieren kalt stellen. Rauke waschen, gut abtropfen und die Stiele entfernen. Dann die Blätter klein zupfen. Für das Dressing 50 ml Olivenöl, 20 ml Balsamico, 1 TL Senf, Salz und Pfeffer verrühren. Steinpilze putzen, erdige Teile abschneiden, die Pillzhüte mit einem weichen Tuch abreiben, braune Stellen mit einem kleinen Messer abschaben und je nach Größe halbieren oder vierteln. Schalotten schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Steinpilze in einer Pfanne mit 2 EL Öl scharf anbraten. Nach dem Austreten der Flüssigkeit die Butter und die Zwiebeln hinzufügen. Die Hitze reduzieren und noch ca. 2 Minuten weiter braten. Petersilie untermischen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Die Steinpilze in Weckgläser füllen. Nun Salat auf kalten Teller anrichten und mit dem Dressing marinieren, Rindertatar darauf anrichten. Räucherpfeife mit Räuchermehl aktivieren und Steinpilzsalat im Weckglas mit Rauch aus der Pfeife füllen. Weckglas mit auf den Teller geben und servieren.

Karlheinz Hauser Montag, 24. August 2009

# Gerolltes Rinder-Filet mit Gi-Rolles und Pommes-Pont-Neuf

**Für 4 Personen**

**Gerolltes Rinderfilet mit Girolles:**

600 g Rinderfilet	1 Kräuterstrauß	500 g rote Beteknollen, gekocht
100 g Walnüsse	1 Zehe Knoblauch	1 Packung Butter-Blätterteig
300 g Pfifferlinge	1-2 Schalotten	5 TL Senf, mittelscharf
100 g Butter, kalt	Salz	Pfeffer
Sonnenblumenöl		

**Pommes-Pont-Neuf:**

600 g Kartoffeln, groß und rot	1 l Erdnussöl	Meersalz
--------------------------------	---------------	----------

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Gerolltes Rinderfilet mit Girolles:

Blätterteig mit Backpapier ausrollen und auf ein Backblech legen. Ein zweites Backblech zum Beschweren drauflegen. Bei 220 Grad etwa zehn bis zwölf Minuten goldgelb backen. Anschließend die Walnüsse für sechs Minuten im Ofen auf einem Backblech ohne Fett rösten. Danach die Bete auf einer Mandoline zuerst in dünne Scheiben reiben, dann mit einem runden Ausstecher in Scheiben stechen und wie Schuppen auf dem rechteckigen Backpapier anordnen. Den fertig gebackenen Blätterteig ebenfalls auf Rechtecke zuschneiden. Kräuter waschen und fein hacken. Knoblauch reiben oder fein hacken und zu den Kräutern geben. Rinderfilet aufschneiden und mit etwas Senf bestreichen. Salzen, pfeffern und mit den Kräutern bestreichen. Walnüsse hacken und ebenfalls auf das Fleisch streuen. Filet zusammenrollen, mit Kochfaden binden. In einer heißen Teflonpfanne von allen Seiten etwa zwei Minuten anbraten, in eine ofenfeste Form legen und im Ofen bei 200 Grad noch sieben bis neun Minuten zu Ende garen. Herausholen, mit Alufolie abdecken und zehn Minuten ruhen lassen. Die geputzten Pilze kurz in einer heißen Pfanne mit Öl anbraten, salzen und ein paar klein gehackte Schalotten hinzugeben, insgesamt zwei bis drei Minuten braten. Zur Seite stellen. Die rote Bete mit dem Papier in der heißen Pfanne erwärmen. Die Butter in der Pfanne anbräunen und über das Fleisch geben. Blätterteigecken mit roter Bete belegen, gerolltes Rinderfilet in Scheiben ausgeschnitten drauflegen, mit den Girolles garnieren und Bratenjus hinzugeben.

Pommes-Pont-Neuf:

Kartoffeln in ein mal ein Zentimeter dicke Stäbchen schneiden, gut wässern, salzen und in heißem Öl gelb ausbacken. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen und fünf Minuten ruhen lassen. Danach beim zweiten Mal goldgelb ausbacken und zum Rinderfilet servieren.

Martina Kömpel am 05. September 2008

# Geschmorte Ochsen-Backe

## Für 4 Personen

### Ochsenbacke:

4 Ochsenbacken, à 200 g	2 Karotten	0,25 Knolle Sellerie
2 Zwiebeln, klein	100 g Champignons	1 Tomate, frisch
30 g Tomatenmark	1,5 l Rinderfond	Rotwein
Madeira	Sherry	Sonnenblumenöl
Lorbeerblätter	Pfefferkörner, schwarz	Senfkörner
Pimentkörner	Thymian	Rosmarin
Salz	Pfeffer	

### Dattelmüse:

100 g Datteln, gefroren	Butter	Kümmel
Birnenessig, alt		

### Rote Betegemüse:

20 Stck. Rote-Bete, klein	20 g Butter	50 ml Mineralwasser
Pfeffer	Salz	

### Zwiebelsegmente:

6 Zwiebeln, klein	Butter	Thymian
Zucker	Pfeffer	Salz

### Selleriepüree:

300 g Knollensellerie	100 ml Milch	50 ml Wasser
0,5 Zitrone	Meersalz, grob	Pfeffer, weiß
Zucker		

Den Backofen auf 90 Grad Umluft vorheizen.

Ochsenbacke:

Die Ochsenbacken von allen Seiten in heißem Sonnenblumenöl anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen. Karotten, Sellerie, Zwiebeln, Champignons und Tomaten putzen, schälen, klein schneiden und ebenfalls bei schwacher Hitze langsam anbraten. Sobald das Gemüse Farbe angenommen hat, das Tomatenmark hinein geben. Jetzt die angebratenen Ochsenbacken wieder dazugeben, mit anschwitzen und mit jeweils einem Schuss Rotwein, Madeira und Sherry ablöschen. Einkochen lassen und mit dem Rinderfond auffüllen. Die Ochsenbacke in eine feuerfeste Form geben. Zwei Lorbeerblätter, jeweils etwas Pfeffer-, Senf- und Pimentkörner, Thymian und Rosmarin hinzufügen und mit dem entstandenen Bratenfond auffüllen. Im vorgeheizten Backofen vier bis sechs Stunden garen. Die Ochsenbacke aus der Form nehmen. Den Fond leicht anmischen, damit die Soße schön sämig wird. Durch ein Sieb passieren, eventuell noch etwas einkochen lassen und abschmecken.

Dattelmüse:

Die gefrorenen Datteln abziehen, halbieren, entkernen und in frischer Butter kurz anbraten. Etwas fein gehackten Kümmel und ein paar Spritzer alten Birnen- oder Apfelessig dazugeben.

Rote Betegemüse:

Die Rote Bete säubern, leicht salzen und pfeffern. In einen Vakuumbbeutel geben. Butter und Mineralwasser dazugeben, vakuumieren und im Ofen mit Dampf garen. Danach die Bete im eigenen Saft glacieren und eventuell noch mal etwas nachwürzen. Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Zwiebelsegmente:

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in eine beschichtete Pfanne geben. So lange erhitzen, bis die Zwiebelhälften leichte Röststoffe bekommen. Jetzt etwas Butter und Thymian dazugeben, etwas salzen, zuckern und pfeffern. Den Deckel auf die Pfanne geben und für 15 Minuten in den

vorgeheizten Backofen schieben. Danach die Zwiebel in die einzelnen Segmente teilen.

Selleriepüree:

Den Knollensellerie schälen, in grobe Würfel schneiden und mit wenig Salz-Milch-Wasser zuge-  
deckt bei geringer Hitze weich kochen. (Nur so viel Salz-Milch-Wasser verwenden, dass die Flüssigkeit gerade ausreicht, um den Sellerie weich zu kochen.) Nun den Sellerie ganz fein pürieren.  
Mit grobem Meersalz, frisch gemahlenem weißem Pfeffer, einigen Tropfen frischem Zitronensaft  
und einer kleinen Prise Zucker abschmecken.

Johannes King am 04. November 2011

## **Geschmorte Rinder-Rippe mit Steckrüben-Püree und Karotten**

Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 Karotte	80 g Sellerie
1 Knoblauchzehe	2 EL Sonnenblumenöl	2 durchwachsene Rinderrippen
1 EL Tomatenmark	1 EL Mehl	200 ml trockener Rotwein
400 ml brauner Kalbsfond	1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian
300 g Steckrüben	Salz	6 kleine Bundkarotten
3 EL Butter	50 ml Sahne	weißer Pfeffer

Zwiebel, Karotte und Sellerie schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und halbieren. In einem Bräter mit 2 EL Sonnenblumenöl die Rippen anbraten. Zwiebel, Karotte, Sellerie und Knoblauch zugeben und mit braten. Dann Tomatenmark untermischen. Mit etwas Mehl bestäuben, kurz weiter rösten und mit Rotwein und Kalbsjus ablöschen. Die Kräuterzweige zugeben und mit Wasser aufgießen, sodass die Rippen bedeckt sind. Zugedeckt alles ca. 2 Stunden schmoren lassen. Dabei immer wieder kontrollieren, dass das Fleisch mit Flüssigkeit bedeckt ist, evtl. noch etwas Wasser nachgießen. Steckrüben schälen, würfeln, in Salzwasser weichkochen und anschließend abschütten. Karotten schälen und etwas vom Grün dran lassen. In einem Topf mit Salzwasser die Karotten blanchieren, abschütten und abtropfen lassen. Die weich geschmorten Rippen aus der Soße nehmen und warm stellen. Die Soße durch ein feines Sieb passieren und abschmecken. Die frisch gekochten Steckrüben in einem Cutter fein pürieren. 2 EL Butter in einem Topf braun schmelzen, die pürierten Steckrüben und die Sahne untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Karotten in einer Pfanne mit 1 EL Butter kurz schwenken und mit Salz abschmecken. Die Rippen auf Tellern anrichten und mit der stark eingekochten Soße nappieren. Steckrübenpüree und Karotten dazu reichen.

Otto Koch Freitag, 10. September 2010

# Geschmorte Rinder-Schulter und Meerrettich-Wirsing

## Für 4 Personen

### Rinderschulter:

2 Zwiebeln	100 g Knollensellerie	1 Möhre, klein
1,5 kg Rinderschulter, flach	3 EL Öl	2 EL Puderzucker
5 EL Weinbrand	350 ml Rotwein, kräftig	1 EL Tomatenmark
1 l Geflügelbrühe	0,5 TL Pimentkörner	0,5 TL Pfefferkörner, schwarz
1 cm Zimtstange	5 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt
1 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 Orange, unbehandelt	0,5 TL Bitterschokolade	40 g Butterstückchen, kalt
2 TL Balsamico-Essig, mild	0,5 TL Sternanis, gemahlen	Chili, mild (gemahlen)
Salz		

### Meerrettichwirsing:

1 Kopf Wirsing	200 g Sahne	3 EL Butter, kalt
2 EL Butter, braun	2 EL Meerrettich	Chili, mild (gemahlen)
Muskatnuss	Salz	

### Wurzelgemüse:

1 Stange Staudensellerie	1 Karotte, gelb	1 Karotte
100 g Knollensellerie	1 EL Öl	100 ml Brühe
1 Schote Chili, mittelscharf	0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt
1 EL Butter	1 EL Butter, braun	1 EL Petersilie
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

#### Rinderschulter:

Zwiebeln, Knollensellerie und Möhren schälen und in gut einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Rinderschulter in einem Schmortopf in zwei Esslöffel Öl bei mittlerer Hitze rundherum kurz anbraten und wieder heraus nehmen. Einen Esslöffel Puderzucker hinein stäuben, hell karamellisieren, das Tomatenmark hineinrühren und darin etwas anbräunen. Mit Weinbrand und einem Drittel des Rotweines ablöschen und sämig einköcheln lassen. Den übrigen Rotwein auf zwei Mal hinzufügen und jeweils sämig einköcheln lassen. Die Gemüsewürfel in einer Pfanne in etwa einen Esslöffel Öl bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen. In den Schmortopf geben, mit der Brühe auffüllen und das angebratene Fleischstück wieder einlegen. Bei geschlossenem Deckel in etwa dreieinhalb Stunden im Ofen schmoren lassen, bis es weich ist und gelegentlich darin wenden. Jeweils einen Streifen Schale aus der Zitrone und der Orange heraus schneiden. Das Fleisch aus der Schmorsoße nehmen. Piment, Pfefferkörner, Zimtstange, angeprügelte Wacholderbeeren und Lorbeerblatt einlegen und die Soße um etwa die Hälfte einköcheln lassen. Zuletzt halbierte Knoblauchzehe, Ingwer, Zitronenschale und Orangenschale einlegen und fünf Minuten darin ziehen lassen. Die Soße durch ein Sieb gießen, dabei das Gemüse etwas ausdrücken. Die Schokolade hacken und mit der Butter in die Soße rühren und mit ein paar Tropfen Balsamico, Salz und einer Prise Chili abschmecken. Einen Esslöffel Puderzucker mit dem Sternanis in einer Pfanne bei milder Hitze erwärmen, bis der Sternanis einen milden, eher nussigen Geruch entwickelt. Dann aus der Pfanne nehmen. Das Böfflamott in Scheiben schneiden, auf warmen Tellern anrichten, mit der Soße überziehen und mit dem geröstetem Sternanis bestreuen.

#### Meerrettichwirsing:

Den Wirsing putzen, in einzelne Blätter teilen, diese halbieren und dabei die Blattrippe entfernen. Die Blätter waschen, in kochendem Salzwasser in einigen Minuten bissfest blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Mit den Händen das Wasser aus den Blättern drücken und anschließend in Rauten schneiden. Den Wirsing mit der Sahne in einer Pfanne

erhitzen, die Butter hinein schmelzen lassen und braune Butter zugeben. Den Meerrettich hineinrühren und mit Salz, einer Prise Chili und Muskatnuss abschmecken.

Wurzelgemüse:

Jeweils einen Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone heraus schneiden. Den Staudensellerie putzen und schräg in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Beide Karotten schälen, längs halbieren und schräg in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Den Knollensellerie in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Alle Gemüsesorten bei milder Hitze in einem Topf im Öl glasig anschwitzen und mit der Brühe aufgießen. Chilischote zum Gemüse geben und mit Deckel bei kleiner Hitze in zehn bis 15 Minuten weich schmoren. am Ende der Garzeit noch Orangenschale und Zitronenschale einlegen. Die Butter und braune Butter hinein geben und die frisch geschnittene Petersilie dazu geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Chili und Zitrusfruchtschalen danach wieder entfernen.

Tipp:

Gedämpftes Rinderfilet passt hervorragend als Beilage zu diesem Gericht.

Alfons Schuhbeck am 04. Dezember 2009

## Grüne Soße mit Tafelspitz

### Für 4 Personen

#### Für den Tafelspitz:

1 – 2 EL Speiseöl	1 kg Tafelspitz	Salz
2 Zwiebeln	1 Stange Lauch	3 Möhren
3 Stangen Staudensellerie	1 Lorbeerblatt	3 Wacholderbeeren
1 TL schwarze Pfefferkörner	1/2 TL Pimentkörner	

#### Für die Grüne Sauce:

1 Bund Petersilie	1 Bund Schnittlauch	1 Bund Kerbel
1 Bund Kresse	1/2 Bund Borretsch	1/2 Bund Pimpinelle
1/2 Bund Sauerampfer	250 g saure Sahne	1 EL Naturjoghurt
3 EL Sahne	1 TL mittelscharfer Senf	1 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer	1 kleine Zwiebel	2 hart gekochte Eier

Für den Tafelspitz:

Das Öl in einem großen Topf erhitzen. Das Fleisch darin bei mittlerer Hitze rundum anbraten und wieder herausnehmen. Den Bratensatz mit 1 l Wasser ablöschen. Das Wasser bis knapp unter den Siedepunkt erhitzen und das Fleisch wieder in den Topf geben. Falls nötig, noch etwas heißes Wasser dazugießen, bis das Fleisch knapp bedeckt ist. 1/2 TL Salz hinzufügen und das Fleisch etwa 2 1/2 Stunden garen. In der Zwischenzeit die ungeschälten Zwiebeln halbieren. Die Zwiebelhälften mit der Schnittfläche nach unten in einer beschichteten Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze bräunen. Den Lauch putzen, waschen und der Länge nach halbieren, dann quer in ca. 8 cm lange Stücke schneiden. Die Möhren und den Sellerie putzen und schälen bzw. waschen. Beides schräg in breite Scheiben schneiden. Das vorbereitete Gemüse mit den gebräunten Zwiebelhälften nach etwa 1 Stunde Garzeit zum Fleisch geben. Das Lorbeerblatt, die Wacholderbeeren, die Pfeffer- und Pimentkörner dazugeben.

Für die Grüne Sauce:

Inzwischen für die Grüne Sauce die Kräuter waschen und trocken schütteln. Harte Stiele entfernen und die Kräuter fein hacken. Die Petersilienstiele für den Tafelspitz beiseitelegen. Die saure Sahne, den Joghurt und die Sahne in den Küchenmixer geben, zwei Drittel der Kräuter hinzufügen und kurz pürieren. Mit dem Senf, dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Die Zwiebel schälen, die Eier pellen und beides in kleine Würfel schneiden. Zusammen mit den restlichen Kräutern unter die Sauce mischen. Etwa 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Petersilienstiele zum Tafelspitz geben und in der Brühe ziehen lassen. Den Tafelspitz aus der Brühe nehmen und quer zur Faser in Scheiben schneiden. Das Fleisch mit etwas Gemüse auf einer Platte anrichten, nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen und die Grüne Sauce dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah 30. November 2011

## Hüftsteak mit Garnelen und Blumenkohl

### Für 2 Portionen

1 Rinder-Hüftsteak	2 frische Garnelen	1 Blumenkohl
frischer Meerrettich	1 weiße Zwiebel	100 ml Weißwein
50 ml Sahne	1 Bund Blatt Petersilie	Rosmarin
Butter	Salz	Pfeffer
Öl		

Eine Pfanne erhitzen. Das Rindersteak mit etwas Öl bestreichen, plattieren und Salz und Pfeffer von beiden Seiten würzen. Das Fleisch portionsweise halbieren. Etwas Öl in die heiße Pfanne geben und das Fleisch in der heißen Pfanne anbraten. Die Garnelen vom Kopf trennen, schälen, die Rückseite der Garnelen längs dünn aufschneiden und den Darm vorsichtig rausziehen.

Tipp aus der Sterneküche:

Mit einer Gabel oder einem Zahnstocher am Ende der Garnele einstecken, unter den Darm haken und vorsichtig mit der Gabel oder Zahnstocher den Darm herausziehen. Die Garnele wird somit nicht aufgeschnitten und bleibt in ihrem Originalzustand. Die Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen und zu dem Fleisch in die Pfanne legen. Ebenfalls drei Flocken Butter zu den Garnelen und dem Fleisch geben. Den Blumenkohl in dünne Scheiben schneiden und in eine heiße Pfanne mit Öl geben. Die weiße Zwiebel klein schneiden und mit dem Blumenkohl in der Pfanne anschwitzen. Die weißen Zwiebelstücke sorgen für ein gutes Aroma. Den Blumenkohl mit circa 100 ml Weißwein ablöschen. Ein Hand voll Blatt Petersilie grob zupfen und mit circa 50 ml Sahne zu dem Blumenkohl geben. Zum Schluss etwas frischen Rosmarin zu dem Fleisch und den Garnelen geben. Frischen Meerrettich fein reiben und ebenfalls zu dem Blumenkohl geben. Abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Hüftsteak und die Garnelen mit dem Blumenkohl auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 03. 11. 2011

## Hochrippe m. geröst. Gewürzen

### Für 4 Personen

1,6 kg Hochrippe vom Rind	1 gehäufte Tl Fenchelsaat	1 Tl Koriandersaat
1 Tl Kümmelsaat	1 Tl schwarze Pfefferkörner	grobes Meersalz
5 El Olivenöl		

Fleisch etwa 2 Std. vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen und Raumtemperatur annehmen lassen. Backofen und eine ofenfeste Platte/Form auf dem Rost in der untersten Schiene auf 140 Grad vorheizen. Koriander, Kümmel, Fenchel und Pfeffer in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten, bis die Gewürze anfangen zu duften. Mit 1 Tl Meersalz im Mörser fein zerstoßen. Fleisch mit 1 El Olivenöl rundum einreiben. Gewürzmischung rundum auf dem Fleisch verteilen und gut andrücken. 3 El Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Fleisch im heißen Öl bei mittlerer bis starker Hitze rundum 8 Min. anbraten. Auf die Knochen Seite auf die Platte/Form setzen und 1 Std. im Ofen garen.

Tim Mälzer am 28. 08. 2010

## Kleine Roastbeef-Minuten-Steaks

### Für 2 Portionen

300 g Roastbeef	1 Zwiebel	1 EL Senf
2 Majoranzweige	1 Rosmarinzweig	1 EL Mehl
Salz	Pfeffer	

Das Roastbeef halbieren und den Fettrand abschneiden. Die Hälfte noch einmal gegen die Faser halbieren und außen die Sehnen ebenfalls abschneiden. Das Ganze von der oberen Seite mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebel in sehr feine Würfel schneiden. Das Fleisch auf der gewürzten Seite mit Senf bestreichen und die fein gehackte Zwiebel darüber streuen. Nun abgezupfte Majoranblätter und fein gehackte Rosmarinnadeln auf das mit Senf bestrichene Fleisch legen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Einen Fleischhammer mit Öl einstreichen und das Fleisch auf der marinierten Seite plattieren. Anschließend ein wenig Mehl über das plattierte Fleisch streuen und mit der marinierten Seite nach unten in die Pfanne legen. Während das Fleisch kurz anbrät, die obere Seite mit Salz und Pfeffer würzen, dann wenden. Für den Geschmack einen Rosmarinzweig mit in die Pfanne geben. Anschließend die kleinen Roastbeef-Minutensteaks auf Tellern anrichten und mit dem Rosmarinzweig garnieren.

Steffen Henssler am 18. 07. 2011

## Labskaus mit Roastbeef und Matjes-Filets

### Für 4 Personen

500 g kleine Kartoffeln, fest	2 Knollen Rote Bete	1 TL Honig
2 Knoblauchzehen	1 Bund Schnittlauch	2 saure Gurken
100 ml saurer Gurkensud	2 g Agar Agar	300 g Roastbeef, frisch
Salz, Pfeffer	5 EL Sonnenblumenöl	2 Matjesfilets
50 g saure Sahne	1 TL Senf	2 EL Weißweinessig
2 Wachteleier	1 TL Butter	

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Kartoffeln kochen, abgießen und pellen. Die Rote Bete Knollen mit je 1/2 TL Honig und einer angebrückten Knoblauchzehe in Alufolie packen und im Backofen bei 200 Grad ca. 1 Stunde backen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Saure Gurken in feine Würfel schneiden. Gurkensud mit Agar Agar aufkochen, Gurken und etwas Schnittlauch untermischen in kleine Förmchen (ca. 70 ml Inhalt) füllen und kalt stellen. Wenn die Rote Bete Knollen gar sind die Backofentemperatur für das Roastbeef auf 120 Grad Ober-Unterhitze reduzieren. Das Roastbeef mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne (mit hitzebeständigem Griff) in 1 EL Sonnenblumenöl rundherum anbraten. Dann noch ca. 15 in den vorgeheizten Ofen geben und rosa garen. Herausnehmen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen. Kartoffeln in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Die gegarten Rote Bete schälen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden, dann diese in Form schneiden, zum Beispiel viereckig; die Abschnitte fein würfeln. Matjes fein hacken, mit Rote Bete-Würfeln, restlichem Schnittlauch und saurer Sahne mischen und abschmecken. Aus Senf, Weißweinessig und 4 EL Sonnenblumenöl eine Vinaigrette herstellen. Rote Bete- und Kartoffelscheiben damit separat marinieren. Matjestatar in Nockenform auf Tellern anrichten, Gurkensülze auf je einen Teller stürzen. Lauwarmes Roastbeef aufschneiden, anlegen und Rote Bete und Kartoffelscheiben mit auf dem Teller anrichten. Nach Belieben kann noch ein Wachtelspiegelei in einer Pfanne mit 1 TL Butter gebraten werden.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 12. Januar 2011

## Labskaus mit Spiegelei

### Für 4 Personen

600 g gepökelte Rinderbrust	3 Zwiebeln	2 Lorbeerblätter
2 Gewürznelken	800 g Kartoffeln, mehlig	Salz
4 große Gewürzgurken	Pfeffer	4 Eier
1 TL Butter	100 g Rote Bete, vorgegart	4 Matjesfilets
4 Rollmöpse		

Die Rinderbrust in einem Topf mit kaltem Wasser bedecken. Die Zwiebeln schälen, mit den Lorbeerblättern und den Gewürznelken zur Rinderbrust geben. Alles bei schwacher Hitze etwa 1 1/2 Stunden köcheln lassen. Die Kartoffeln schälen, waschen, in Stücke schneiden und in wenig Salzwasser 15 bis 20 Minuten weich garen. Abgießen, ausdampfen lassen und mit dem Kartoffelstampfer grob zerdrücken. Das Fleisch aus dem Sud nehmen, mit den Zwiebeln durch die grobe Scheibe des Fleischwolfs drehen oder in sehr kleine Würfel schneiden. Die Fleisch-Zwiebel-Mischung mit den Kartoffeln in einem Topf vermischen. So viel Kochsud hinzufügen, bis eine breiige Masse entsteht. Die Gurken in feine Würfel schneiden und unter die Fleisch-Kartoffel-Masse rühren. Das Labskaus kurz erhitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Eier aufschlagen und in einer Pfanne in der heißen Butter zu Spiegeleiern braten. Die Rote Bete in Streifen schneiden. Das Labskaus mit Matjesfilets, Rollmöpsen, den Spiegeleiern und den Rote-Bete-Streifen auf Tellern anrichten.

Variation:

Anstelle der Rinderbrust können Sie auch Corned Beef mit einer Gabel zerdrücken, die geschälten Zwiebeln in feine Würfel schneiden und beides in etwas Butter andünsten. Mit den gestampften Kartoffeln vermischen und etwas Fleischbrühe unterrühren.

Vincent Klink 01. Dezember 2011

## Nudeln mit Rindfleisch und Kokos-Teriyaki-Soße

### Für 2 Portionen

200 g Muschelnudeln	200 g Rinderfilet	2 Schalotten
1 Zehe Knoblauch	1 TL Sesamkörner	100 ml Kokosmilch
2 EL Teriyaki-Sauce	3 Stiele Koriander	Salz
Pfeffer	Öl	

Muschelnudeln zum Kochen in einen Topf mit Wasser geben. Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Rinderfilet in dünne Streifen schneiden. Die Schalotten in Scheiben schneiden und mit ein bis zwei Scheiben Knoblauch und dem Fleisch in die Pfanne geben. Die Sesamkörner darunter mischen. Das Ganze mit etwas Teriyaki-Sauce ablöschen. Anschließend etwas Kokosmilch unterrühren. Die Sauce reduzieren, ohne dass sie gerinnt. Koriander hacken und zusammen mit den abgossenen Nudeln in die Pfanne geben. Die Nudeln auf Tellern anrichten und mit der Kokos-Teriyaki-Sauce garnieren.

Steffen Henssler am 27. 09. 2011

## Ochsen-Bäckchen, gebackene Petersilie auf Pastinaken

### Für 4 Personen

800 g Rinderbäckchen	50 g Mehl	50 g Butterschmalz
4 Schalotten	200 g Sellerieknolle	2 Zehen Knoblauch
1 Karotte, mittelgroß	2 EL Tomatenmark	400 ml Rotwein
700 ml Rinderfond	3 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 Lorbeerblatt	400 g Kartoffeln, fest	400 g Pastinaken
50 g Butter	100 ml Geflügelfond	100 ml Sahne
1 Bund Petersilie, glatt	1 Muskatnuss	Fett
Speisestärke	Salz	Pfeffer

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Bäckchen je nach Größe halbieren, sodass die Stücke gleich groß sind. Mit Salz und Pfeffer würzen und in 20 Gramm Mehl wenden. Das Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und die Bäckchen von allen Seiten goldbraun anbraten. Die Schalotten, den Sellerie, den Knoblauch und die Karotte putzen, schälen, würfeln und zu den Bäckchen geben. Das Gemüse mit dem Fleisch bei mittlerer Hitze anbraten, bis alles eine goldbraune Farbe bekommt. Das Tomatenmark zufügen, kurz mitrösten lassen und mit der Hälfte des Rotweins ablöschen. Das Ganze einkochen lassen, bis der Ansatz genug Röstoffe gebildet hat. Den restlichen Rotwein angießen und erneut einkochen lassen. Mit Rinderfond auffüllen, den Thymian, den Rosmarin sowie das Lorbeerblatt zugeben und bei geschlossenem Deckel im Backofen circa drei Stunden weich schmoren. Währenddessen für das Pastinakenragout die Kartoffeln und die Pastinaken schälen. Anschließend die Kartoffeln je nach Größe vierteln, in leicht gesalzenem Wasser etwa zehn Minuten kochen und die Pastinaken in Scheiben schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, darin die vorgegarten Kartoffeln und Pastinaken anbraten. Mit Geflügelfond ablöschen, die Sahne zugeben und das Gemüse weichgaren. Anschließend mit Salz, frisch geriebener Muskatnuss und Pfeffer würzen. Das Fett in einem ausreichend großen Topf so weit erhitzen, dass man darin frittieren kann. Währenddessen die Petersilie abrausen, trockenschleudern und im restlichen Mehl wenden. Das überschüssige Mehl abschütteln. Die Petersilienblätter im heißen Fett ausbacken, auf Küchenpapier abtropfen und leicht salzen. Die geschmorten Bäckchen nach der Zeit im Ofen aus der Soße nehmen und warm stellen. Die Soße durch ein Sieb passieren und gut durchdrücken, sodass etwas von dem weichen Gemüse passiert wird - dadurch entsteht die Bindung der Soße. Die Soße nochmals aufkochen, nach Belieben mit Speisestärke binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rinderbäckchen mit dem Pastinakenragout auf Tellern anrichten. Die Soße über den Bäckchen verteilen, mit der gebackenen Petersilie bestreuen und servieren.

Johann Lafer am 13. November 2010

# Ochsen-Kotelett mit Speck-Salat

## Für 2 Personen

1 Ochsenkotelett ca. 500 g	Salz, Pfeffer	2 EL Öl
1 Rosmarinweig	2 Knoblauchzehen	400 g festkochende Kartoffeln
1/8 l Fleischbrühe	4 EL Weißweinessig	1 Zwiebel
80 g Frühstücksspeck	Zucker	1 Bund Petersilie
1 Bund Dill	1 Bund Schnittlauch	

Das Ochsenkotelett mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne (mit hitzebeständigem Griff) im heißen Öl von beiden Seiten scharf anbraten. Rosmarinweig und eine angedrückte Knoblauchzehe dazugeben und das Fleisch im vorgeheizten Backofen bei circa 150 Grad (Umluft: 130 Grad/ Gasherd: Stufe 2) 18- 20 Minuten garen, bis es rosa gebraten ist. Das Ochsenkotelett aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Die Kartoffeln waschen, mit Schale in Salzwasser kochen, schälen und in Scheiben schneiden. Die Brühe in einem Topf aufsetzen und erhitzen. Die Kartoffeln mit Essig und warmer Fleischbrühe in eine Schüssel geben. Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden, den Speck ebenfalls in feine Würfel schneiden, beides in einer Pfanne goldgelb braten und zu den Kartoffeln geben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Kräuter waschen, abtropfen lassen, fein hacken, zu dem Salat geben und alles gut durchmischen. Das Fleisch in Scheiben schneiden und mit dem Salat anrichten. Info/ Tipp: Ochsenkotelett ist ein sehr hochwertiges Fleischstück aus der hohen Rippe mit leichten Fetteinlagerungen. Diese machen es besonders zart. Es sollte beim Metzger bestellt werden und gut abgehangen sein.

Rainer Strobel Montag, 21. April 2008

# Ochsen-Kotelett, Madeira-Rosinen-Soße, Kartoffel-Püree

## Für 4 Personen

800 g Kartoffeln, mehlig	50 g Rosinen	150 ml Madeira
1 Ochsenkotelett, ca. 1,5 kg	50 g Butterschmalz	0,5 Knolle Knoblauch
3 Zweige Rosmarin	3 Zweige Thymian	2 Schalotten
0,5 TL Pfeffermischung	130 g Butter	300 ml Rinderfond
200 ml Rotwein	200 ml Milch	3 Stiele Petersilie, glatt
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen. 50 Gramm Butter kaltstellen. Für die Soße die Rosinen 15 Minuten in dem Madeira einweichen. Das Ochsenkotelett am Knochen einschneiden, aber nicht das Fleisch vom Knochen trennen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne im heißen Butterschmalz von beiden Seiten fünf Minuten anbraten. Den ungeschälten Knoblauch sowie die Rosmarin- und Thymianzweige währenddessen mit in die Pfanne geben. Das Kotelett samt Aromaten und Bratfett auf ein mit Alufolie belegtes Backblech geben und im Backofen etwa 25 Minuten garen. Anschließend herausnehmen und warmstellen. Die Kartoffeln waschen, schälen und halbieren. In einem Dämpftopf über kochendem Wasser weichgaren. Die Schalotten schälen und klein würfeln. Die Pfeffermischung im Mörser grob zerstoßen. Die Schalotten und den Pfeffer in 30 Gramm Butter anschwitzen. Nun die eingelegten Rosinen mit dem Madeira zugeben und einmal aufkochen lassen. Das Ganze mit Rotwein und Rinderfond ablöschen und fünf Minuten köcheln lassen. Anschließend die kalten Butterwürfel zugeben und unter Schwenken die Soße damit binden. Zuletzt mit Salz würzen. Die restlichen 50 Gramm Butter in einer Pfanne schmelzen und bei milder Hitze so lange schäumen lassen, bis diese hellbraun ist. Die Milch in einem Topf drei Minuten köcheln lassen und mit Salz und Muskat abschmecken. Die fertig gegarten Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken, mit der heißen Milch und der Nussbutter verrühren und abschließend, falls nötig, mit Salz und Muskat abschmecken. Die Petersilie fein hacken. Das Nussbutter-Püree auf Tellern anrichten, die Soße darum verteilen und das in Tranchen geschnittene Ochsenkotelett auf dem Püree anrichten. Das Ganze mit der Petersilie bestreuen und servieren.

Johann Lafer am 05. März 2011

## Ochsenschwanz-Ragout mit Semmel-Knödel

### Für 4 Personen

2 Zwiebeln	100 g Karotte	100 g Sellerie
2 Tomaten	Pflanzenöl	4 Stück Ochsenschwanz (a 350 g)
1 EL Tomatenmark	1 EL Mehl	500 ml Rinderbrühe
250 ml Rotwein (z.B. Merlot)	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
Salz und Pfeffer	3 Brötchen vom Vortag	100 ml Milch
2 Schalotten	20 g Speck	1 EL glatte Petersilie
1 EL Butter	1 Ei	

Zwiebeln, Karotte und Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Tomaten klein schneiden. In einem Topf 2 EL Pflanzenöl erhitzen, Ochsenschwanzstücke mit den Gemüswürfeln darin anrösten und sobald sie Farbe bekommen haben, etwas Tomatenmark und die klein geschnittenen Tomaten zugeben. Kurz anbraten, dann mit Mehl bestäuben und mit etwas Brühe und Wein ablöschen und gut verrühren. Kräuter zugeben, salzen und pfeffern und abgedeckt ca. 2,5 Stunden unter mehrmaligem Rühren köcheln lassen. Dabei immer wieder etwas Brühe angießen. Wenn das Fleisch weich ist mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aus der Soße nehmen und die Soße durch ein Sieb passieren. In der Zwischenzeit die Semmelknödel zubereiten. Dafür die Brötchen in grobe Würfel schneiden, mit heißer Milch übergießen und ein paar Minuten ziehen lassen. Die in grobe Würfel geschnittenen Semmeln mit der warmen Milch mischen und ein paar Minuten ziehen lassen. Schalotten schälen und fein hacken, Speck ebenfalls fein hacken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Schalotten und Speck anschwitzen, zuletzt Petersilie untermischen. Alles mit dem Brot vermischen und ein Ei dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse kleine Knödel formen und diese in siedendem Salzwasser garen. Fleisch vom Knochen lösen, unter die Soße mischen, einmal kurz aufkochen und mit den Knödeln anrichten.

Otto Koch Freitag, 23. Januar 2009

## Orangen-Linsen-Salat mit scharfen Roastbeef-Satés

### Für 4 Personen

400 g Roastbeef	2 EL Tomatenmark	2 EL Honig
1 Schote Chili, klein	100 g Linsen, gelb	100 g Linsen, rot
2 Zwiebeln, rot	3 Orangen	50 ml Olivenöl
20 ml Balsamico, weiß	2 Zweige Petersilie, glatt	Salz, fein
Pfeffer, schwarz, aus der Gewürzmühle		

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und diese längs halbieren. Die Chilischote längs aufschneiden, entkernen und fein würfeln. Das Tomatenmark mit Honig, Chiliwürfeln und zehn Millilitern Olivenöl zu einer Paste verrühren, anschließend mit Pfeffer würzen. Die Fleischstreifen wellenartig auf Holzspieße stecken und mit der Marinade einstreichen. Die Linsen getrennt in reichlich Wasser bissfest garen, anschließend abgießen und abkühlen lassen. Die Orangen so schälen, dass die gesamte weiße Haut entfernt ist. Mit einem scharfen Messer die Filets heraustrennen, dabei den Saft auffangen. Die Zwiebeln schälen, in Streifen schneiden und in 30 Millilitern heißem Olivenöl anschwitzen. Die Linsen zugeben und mit Orangensaft sowie Balsamico ablöschen. Nun die Orangenfilets zugeben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie abbrausen und trockenschütteln. Die Blätter fein hacken und unter den Salat mischen. Dabei ein paar Blätter für die Garnitur beiseite legen. Die Satés in einer heißen Pfanne von beiden Seiten zwei bis drei Minuten im restlichen Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Linsensalat und die Orangenfilets in Schalen anrichten, die Satés darauf legen und mit einigen Blättchen Petersilie garnieren.

Johann Lafer am 30. Januar 2010

## Peperonata-Bandnudeln mit gewürfeltem Rinder-Filet

### Für 2 Personen

ca. 200 g Hartweizenmehl	2 Eigelb	1 Ei
1 TL Olivenöl	Salz	Mehl zum Ausrollen
1 Schalotte	2 Paprika (rot und gelb)	3 EL Olivenöl
200 ml Gemüsebrühe	1 TL Oregano	Pfeffer
200 g Rinderfilet		

Das Mehl auf ein Nudelbrett häufen und in der Mitte ein Loch frei schieben. Eigelbe und Ei einschlagen, das Olivenöl und eine Prise Salz dazu geben und alles zu einem glatten Teig kneten. (Der Teig sollte fest sein und darf ruhig an weiche Knetmasse erinnern. Es ist von Vorteil, zuerst etwas weniger Mehl zu nehmen und den Teig weich anzukneten, um anschließend immer wieder soviel Mehl hinzuzugeben bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist.) Den Teig mit einem Nudelholz oder einer Nudelmaschine dünn auswellen (ca. 1mm dick), gut mit Mehl bestreuen und in Streifen schneiden. Die Paprika halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl Schalotte und Paprika anbraten. Wenn der Paprika etwas Farbe angenommen hat, Brühe und angießen und Oregano zugeben. zugedeckt den Paprika weich schmoren (ca. 15 Minuten). Mit Salz und Pfeffer würzen. Rinderfilet in kleine Würfel schneiden. Nudeln in einem Topf mit Salzwasser ca. 4 Minuten kochen. In einer heißen Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Fleischwürfel kurz von allen Seiten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Dann unter die Paprika mischen. Die Nudeln abschütten, mit Paprika vermischen und anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 02. April 2009

# Porterhouse-Steak mit Barbecue-Soße und Cesar Salad

## Für 4 Personen

### Steak:

1 kg Porterhousesteak	1 EL Öl	6 EL Butter, braun
1 Schote Vanille	3 Zehen Knoblauch	6 Scheiben Ingwer, klein
4 Splitter Zimtrinde	1 TL Kardamom, grün	1 Schote Chili, rot, frisch
1 Schote Chili, grün, frisch	Thymian	Rosmarin
Pfeffer, schwarz	Salz, grob	

### Barbecue-Soße:

0,5 Orange, unbehandelt	100 ml Ananassaft	100 ml Espresso
300 g Tomatenketchup	1 EL Zucker	1 TL Paprikapulver, geräuchert
10 g Rauchsatz	2 Zehen Knoblauch	1 Msp. Ingwerpulver
Chiliflocken		

### Dressing:

1 Ei	2 – 3 EL Zitronensaft	1 TL Senf, scharf
1 – 2 EL Tomatenketchup	1 Zehe Knoblauch	3 Sardellenfilets
1 EL Parmesan	1 Prise Zucker	1 Prise Cayennepfeffer
120 ml Maiskeimöl	50 ml Olivenöl, mild	50 ml Gemüsebrühe
Orangenabrieb	Ingwer	Salz
Worcestershiresoße		

### Salat und Fertigstellung:

2 – 3 Romanasalatherzen	4 Tomaten	2 Scheiben Toastbrot
50 g Butter	1 Zehe Knoblauch	4 EL Parmesanspäne

Den Backofen auf 130 Grad vorheizen.

Steak:

Ein Ofengitter mit Abtropfblech drunter in den Backofen schieben. Das Porterhousesteak in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl rundherum anbraten. In den vorgeheizten Backofen legen und in 50 bis 60 Minuten rosa durch ziehen lassen. Die Vanilleschote in vier Stücke schneiden und auskratzen. Währenddessen in einer Pfanne bei milder Hitze braune Butter erwärmen, die geschälten und halbierten Knoblauchzehen, Ingwerscheiben, Zimtsplitter, Vanillestangen, Kardamom und Chilischoten einlegen und darin ziehen lassen. Das Steak aus dem Ofen nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Gewürzbutter beträufeln.

Barbecue-Soße:

Schale der Orange abreiben. Den Ananassaft und den Espresso auf ein Viertel einköcheln lassen. Das Ketchup und den Honig dazugeben und glatt rühren. Die Soße mit Paprikapulver, Rauchsatz, Chiliflocken und Orangenschale würzen und nochmals erwärmen. Den Knoblauch dazugeben und einige Minuten ziehen lassen, dann wieder entfernen.

Dressing:

Eigelb, Zitronensaft, Senf, Worcestershiresoße, Ketchup, gehackten Knoblauch, etwas geriebener Ingwer, gehackte Sardellenfilets und geriebenen Parmesan mit einer Prise Salz, Zucker und Cayennepfeffer in einen Mixer geben. Den Mixer bei kleiner Drehzahl einschalten und das Maiskeimöl in einem feinen Strahl dazugießen, so dass eine glatte gebundene Soße entsteht. Das Olivenöl nach und nach hinzufügen, zum Schluss die Brühe hineinmischen. Gegebenenfalls mit etwas Orangenabrieb nachschmecken.

Salat und Fertigstellung:

Den Salat putzen, waschen, trocken schleudern und zerkleinern. Die Tomaten waschen, entstrunken und achteln. Das Toastbrot entrinden, in Würfel schneiden, in der Butter mit der ungeschälten Knoblauchzehe gleichmäßig und goldbraun braten, auf einem Sieb abgießen und

auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Knoblauchzehe dabei entfernen. Den Salat mit Tomaten und Dressing mischen, auf tiefen Tellern anrichten und mit den Croutons und Parmesanspänen bestreuen.

Anrichten:

Das Fleisch vom Knochen lösen, in Tranchen schneiden und auf zwei vorgewärmten Tellern anrichten. Die Barbecue-Soße mit auf den Teller geben und den Ceasars Salad dazu servieren.

Alfons Schuhbeck am 26. August 2011

## Ragout von grünen Bohnen und Bündner-Fleisch

### Für 2 Personen

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 Chilischote, rot
1 Stange Staudensellerie	1 Zweig Rosmarin	Olivenöl
400 g grüne Bohnenkerne	ca. 300 ml Gemüsebrühe	ca. 200 g Bündnerfleisch
1/2 Bund Blattpetersilie	Salz, Pfeffer	

Schalotte und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden. Die Chilischote waschen, entkernen und fein schneiden. Den Staudensellerie waschen und in dünne Streifen schneiden und den Rosmarin waschen, zupfen und fein hacken. Schalotten, Chili, Knoblauch und Staudensellerie in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen. Bohnen und Rosmarin zugeben, alles mit Gemüsebrühe auffüllen und circa 10 Minuten bei geschlossenem Deckel garen. Das Bündnerfleisch in feine Streifen schneiden und unter die Bohnen geben. Die Petersilie waschen, abtropfen lassen und fein hacken. Zum Schluss die Petersilie untermengen, mit Pfeffer und Salz würzen und anrichten. Dazu passen Knöpfli oder neue Kartoffeln.

Tipp: Man kann das Bündnerfleisch auch in feine Scheiben schneiden, wie einen Fächer anrichten und die Bohnen daneben geben oder man fächert das Fleisch zu einer Rosette auf und gibt die Bohnen in die Mitte.

Vincent Klink Donnerstag, 22. Mai 2008

# Rheinischer Sauerbraten mit Printen

## Für 4 Personen

### Für die Marinade:

1 Bund Suppengemüse	1/8 l Weinessig	1/8 l Rotwein
3 Gewürznelken	8 schwarze Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt
4 Wacholderbeeren	1 Prise Zucker	

### Für den Sauerbraten:

1 kg Rindfleisch	Salz, Pfeffer	3 EL Butterschmalz
100 g Sauerbraten-Printen	1 EL Apfelkraut	100 g Rosinen

Für die Marinade 2 bis 4 Tage zuvor das Suppengemüse putzen und waschen bzw. schälen und in Stücke schneiden. Das Gemüse mit dem Essig, dem Wein, 1 l Wasser, den Gewürznelken, den Pfefferkörnern, dem Lorbeerblatt, den Wacholderbeeren und 1 Prise Zucker aufkochen. Etwas abkühlen lassen und die noch leicht warme Marinade über das Fleisch gießen. Das Fleisch 2 bis 4 Tage in der Marinade im Kühlschrank ziehen lassen, dabei das Bratenstück gelegentlich wenden. Für den Sauerbraten Das Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Marinade durch ein Sieb in eine Schüssel gießen. Das Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und das Fleisch darin rundum anbraten. Das Gemüse aus der Marinade hinzufügen und kurz mitbraten. Mit etwa der Hälfte der Marinade ablöschen. Die Printen zerbröseln und hinzufügen. Den Sauerbraten zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 1 – 1,5 Stunden schmoren. Den Sauerbraten aus der Sauce nehmen und warm halten. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf passieren, dabei das Gemüse gut ausdrücken. Das Apfelkraut unterrühren. Die Rosinen in einem Sieb kalt abbrausen, abtropfen lassen und in die Sauce geben. Die Sauce kurz aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aufschneiden und mit der Sauce servieren. Dazu schmecken Kartoffelklöße oder Kartoffelpuffer.

Jacqueline Amirfallah 16. November 2011

## Rinder-Filet im Gewürz-Sud pochiert mit Wurzel-Gemüse

### Für 2 Personen

500 ml Fleischbrühe	1/2 TL grobes Meersalz	1 TL Pfefferkörner
2 Lorbeerblätter	1/2 TL Kümmel	2 Rinderfilets (a 180 g)
1 Karotte	1 Stange Lauch	80 g Sellerie
1 Schalotte	1 EL Butter	1 TL Mehl
80 ml Sahne	Salz, Pfeffer	1 Prise Muskat
frischer Meerrettich		

Die Fleischbrühe in einer tiefen Pfanne zum Kochen bringen. Meersalz, Pfefferkörner, Lorbeerblätter und Kümmel zugeben und das in die Brühe legen. Im nicht kochenden Sud (ca. 75 Grad) das Fleisch ca. 20 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit Karotte, Lauch und Sellerie putzen bzw. Schälen und in feine Streifen schneiden. Dann das Fleisch herausnehmen und abgedeckt ruhen lassen. Die Brühe wieder aufkochen und die Gemüwestreifen darin ca. 3 Minuten kochen. Dann heraus nehmen. Für die Soße die Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butter Schalotte anschwitzen, mit Mehl bestäuben und mit Sahne und ca. 100 ml Gewürzsud aufgießen. Mit dem Schneebesen glatt rühren und ca. 3 Minuten kochen. Die Soße mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Filet anrichten und die Gemüwestreifen obenauf geben. Die Meerrettichstange zur Hälfte schälen und mit dem Messer Späne davon über das Filet und die Gemüwestreifen geben. Soße angießen und servieren. Dazu passt Kartoffelgratin.

Vincent Klink Donnerstag, 22. Oktober 2009

## Rinder-Filet im Speck-Mantel mit Senf-Soße und Broccoli

### Für 2 Personen

2 Rinderfilets, a 200g	2 Scheiben Frühstücksspeck	400 g Broccoli
1 Schalotte	50 g Butterschmalz	2 EL Butter
1 EL Mehl	1 EL Zucker	2 EL Mandelblättchen
2 EL Senf, Pommery	100 ml Sahne	100 ml Rinderfond
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Den Broccoli in kleine Röschen teilen und in Salzwasser fünf Minuten gar kochen. Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann die Butter dazugeben und schmelzen. Die Rinderfilets waschen, trockentupfen und auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Die Filets jeweils mit Speck umwickeln und mit Küchengarn festbinden. Das Fleisch in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten für drei Minuten anbraten, anschließend in den Ofen geben und für 15 Minuten weitergaren. Die Schalotte abziehen, in feine Würfel schneiden und in der Pfanne, in der das Fleisch gebraten wurde, anbraten. Das Mehl hinzugeben, mit dem Rinderfond und der Sahne ablöschen und einkochen. Den Senf hinzufügen und mit Zucker abschmecken. Die Filets und den Broccoli auf einem Teller anrichten. Das Fleisch mit der Senfsoße, den Broccoli mit der Mandelbutter garnieren und servieren.

Horst Lichter am 05. November 2010

# Rinder-Filet im Strudel-Teig mit Thai-Basilikum-Farce

Für 4 Personen

## Rinderfilet im Strudelteig:

800 g Rinderfilet im Querschnitt	500 g Hühnerfilet	5 Bund Thai-Basilikum
1 Schuss Sahne	2 Pck. Strudelteig, dünn	5 Eier
100 g Cashewnüsse, geröstet	100 g Senf, körnig	50 g Öl-Tomaten
Salz	Pfeffer	Öl

## Gröstl:

1 Hokkaido-Kürbis, groß	2 Stangen Porree	1 – 2 EL Butter
2 – 3 EL Olivenöl	1 Schuss Weißwein, trocken	Salz
Pfeffer		

## Orangensoße:

250 ml Orangensaft	1 – 2 EL Zucker, braun	3 – 4 EL Butter, kalt
2 Zitronen, unbehandelt	Salz	

Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.

Rinderfilet im Strudelteig:

Rinderfilet in einer großen Pfanne mit etwas Öl kurz anbraten und abkühlen lassen. Für die Farce Hühnerfilet in Würfel schneiden, Thai-Basilikum zupfen. Getrocknete Tomaten klein schneiden. Hühnerfleisch, Thai-Basilikum, getrocknete Tomaten, geröstete Cashewnüsse, Senf und einen Schuss Sahne in einer Küchenmaschine fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Probe-laibchen in einer Pfanne anbraten, um festzustellen, ob genug Salz drin ist. Strudelteig auslegen, mit zwei Eiern bestreichen, eine zweite Schicht darauf geben, dann wieder mit Farce bestrei-chen, Fielt drauf und gleichmäßig mit Farce bedecken. Strudel einrollen, in einer großen Pfanne anbraten und für circa 15 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.

Gröstl:

Kürbis und Porree in Würfel schneiden. Kürbis im Olivenöl anbraten, dann Butter und Porree dazu geben. Unter ständigem Rühren Salz und Pfeffer hinzufügen. Mit Weißwein ablöschen.

Orangensoße:

Orangensaft auspressen. Braunen Zucker in einer Sauteuse karamellisieren und mit etwas Was-ser und Orangensaft auf etwa die Hälfte einreduzieren lassen. Mit Salz abschmecken. Mit der in kleine Würfel geschnittenen Butter montieren. Gröstl auf Teller geben, Soße darüber träufeln. Rinderfiletscheiben darauf legen und am Ende mit einer feinen Reibe Zitronenschale darüber reiben.

Alfons Schuhbeck / Amann am 17. Oktober 2008

## Rinder-Filet in Butter, Bohnen, Bratkartoffeln

### Für 4 Portionen

600 g Kartoffeln, fest	800 g Rinderfilet	30 ml Olivenöl
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	1 Knolle Knoblauch
130 g Butter	50 g Toastbrot	2 Stiele Petersilie, glatt
2 Stiele Majoran	2 Stiele Thymian	2 Stiele Estragon
2 Schalotten	1 TL Kapern	2 Sardellen
2 cl Cognac	½ TL Paprikapulver	300 g Stangenbohnen
300 g Bohnen, gelb	4 Schalotten	50 g Speck
3 Stiele Majoran	3 EL Rapsöl	Salz
Pfeffer		

Kartoffeln am Vortag kochen, noch warm schälen und abkühlen lassen. Den Backofen auf 120 Grad vorheizen. Das Rinderfilet in vier gleichgroße Medaillons schneiden und mit Küchengarn binden, so dass die Stücke schön in Form bleiben. Olivenöl in eine heiße Pfanne geben und die Medaillons von allen Seiten kräftig darin anbraten. Thymian, Rosmarin und eine halbierte Knoblauchknolle zugeben. Die Medaillons samt den Aromaten auf ein Backofengitter mit Alufolie geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Im Backofen 10 bis 15 Minuten garen. Anschließend fünf Minuten ruhen lassen. Für die Buttermischung 100 Gramm zimmerwarme Butter mit einer Prise Salz in einer Küchenmaschine oder mit dem Handrührgerät mindestens fünf Minuten schaumig aufschlagen. Toastbrot entrinden und in einem Zerkleinerer fein mahlen. Die Kräuter abbrausen, trocken schütteln, von den Stielen zupfen und klein hacken. Schalotten und eine Zehe Knoblauch schälen und klein würfeln. Kapern und Sardellen klein hacken. Alles zur Butter geben und die restlichen Zutaten zufügen. Mit Pfeffer würzen und alles gut vermischen. Die Butter auf Frischhaltefolie geben und zu einer Rolle formen. In Alufolie wickeln und kalt stellen. Von der „Café de Paris“-Butter vier Scheiben abschneiden, Folie entfernen und jeweils auf ein Filet legen. Unter dem Backofengrill zwei bis drei Minuten gratinieren. Die Bohnen putzen, waschen und auf eine Länge zurechtschneiden. In leicht gesalzenem kochendem Wasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Schalotten und zwei Zehen Knoblauch schälen und klein würfeln, den Speck ebenfalls klein würfeln und alles mischen. Zehn Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen, die Hälfte der Schalotten-Mischung darin anschwitzen und die Bohnen zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit einigen Majoranblättchen bestreuen. Kartoffeln in drei Millimeter dünne Scheiben schneiden. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffelscheiben darin gleichmäßig verteilen und goldbraun anbraten. Die restliche Schalotten-Mischung zugeben und mit anbräunen. Die restliche Butter zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Bohnen als Bett auf dem Teller anrichten. Je ein Medaillon drauflegen und die Bratkartoffeln dazu servieren.

Johann Lafer am 08. Oktober 2011

# Rinder-Filet mit Champignons auf Rahm-Kohlrabi

## Für 4 Personen

1 Bund gemischte Kräuter	600 g Rinderfilet	Salz, Pfeffer
1 EL Butter	1 EL Olivenöl	500 g Champignons
1 Schalotte	3 Stiele glatte Petersilie	2 EL Sonnenblumenöl
3 EL Butter	2 Zweige Thymian	100 ml Weißwein
250 ml Sahne	100 ml Geflügelbrühe	2 Spritzer Zitronensaft
2 Kohlrabi	1 Prise Zucker	100 ml Rinderjus
Steakpfeffer		

Den Backofen auf 140 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Die gemischten Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Rinderfilet mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und in einer beschichteten Pfanne mit 1 EL Olivenöl kurz und scharf anbraten. Dann das Fleisch in einer Bräter geben und bei 140 Grad im Ofen ca. 40 Minuten garen, heraus nehmen und in einer Pfanne mit 1 EL schaumiger Butter noch mal kurz braten, in den gehackten Kräutern wälzen, sodass es vollkommen mit Kräutern ummantelt ist. Das gegarte Fleisch herausnehmen und etwa 5 Minuten ruhen lassen. Die Champignons putzen und vierteln. Schalotte schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einem Topf mit Öl und 1 EL Butter die Champignons mit einem Thymianzweig anschwitzen. Die Schalotten hinzugeben und mit Weißwein ablöschen und diesen einkochen. Dann mit 150 ml Sahne und 50 ml Brühe auffüllen. Mit Salz und Pfeffer, 1 Spritzer Zitronensaft sowie etwas gehackter Petersilie abschmecken. Den Kohlrabi waschen und schälen. Mit einem Spiralschneider den Kohlrabi zu langen Nudeln schneiden. Mit Hilfe des Gemüseschneiders aus dem Kohlrabi die Nudeln herstellen. In einem Topf mit 2 EL Butter Kohlrabinudeln anschwitzen, mit 100 ml Sahne und 50 ml Brühe ablöschen und langsam einkochen lassen mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Zitronensaft abschmecken. Jus mit einem Thymianzweig erwärmen. Das Fleisch in Scheiben schneiden. Kohlrabi auf vorgewärmten Teller mittig anrichten, darauf eine Scheibe vom Rinderfilet legen, mit Steakpfeffer nachwürzen. Mit den Champignons und etwas Thymianjus vollenden.

Karlheinz Hauser Montag, 31. Mai 2010

## Rinder-Filet mit Cranberries und Frühling-Kohlrabi

### Für 2 Portionen

2 Rinderfiletmedaillons a 180 g	2 Scheiben Bacon	1 Knolle Kohlrabi
30 g getrocknete Cranberries	2 Zweige Thymian	Schnittlauch
2 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin	1 Knoblauchzehe
3 Stangen Frühlingsslauch	4 EL Olivenöl	1 EL weißer Balsamico
100 ml Geflügelfond	1 Tl Dijonsenf	80 ml Sahne
30 g kalte Butter	20 g weiche Butter	50 ml Rotwein
Salz	schwarzer Pfeffer	

Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Die Cranberries mit dem Rotwein in einen Topf geben, einmal aufkochen und bei milder Hitze den Rotwein verkochen lassen. Anschließend den Dijonsenf, Thymianblättchen und die Butter unterrühren und das Ganze mit Salz, Pfeffer und Chili aus der Gewürzmühle abschmecken. In die Medaillon seitlich eine kleine Tasche schneiden und mit der Cranberry-Masse füllen. Die Medaillons mit dem Bacon unwickeln und mit Küchengarn fixieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Medaillons darin von beiden Seiten anbraten. Den Thymian, den Rosmarin und den Knoblauch mit in die Pfanne geben. Anschließend die Medaillons zehn Minuten im Backofen garen. Den Kohlrabi schälen und in Stücke schneiden. Den Frühlingsslauch putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Olivenöl erhitzen, den Kohlrabi und den Frühlingsslauch darin anschwitzen. Mit dem Balsamico ablöschen, den Geflügelfond und die Sahne, bis auf einen EL, angießen und die Sauce etwas einkochen lassen. Die restliche Sahne schlagen. Die kalte Butter stückchenweise unterrühren, mit der geschlagenen Sahne verfeinern, mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Ragout warm halten. Das Küchengarn von den Medaillons entfernen Den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Das Kohlrabi Ragout auf einem Teller anrichten und die Medaillons darauf anrichten. Mit den Schnittlauchröllchen garnieren und servieren.

Johann Lafer am 06. Mai 2011

## Rinder-Filet mit lauwarmer Paprika-Salsa

### Für 2 Portionen

1 Rinderfilet	1 Paprika	1 Thymianzweig
1 Zwiebel	1 Knoblauch	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Die Paprika vom Strunk befreien, in dünne Streifen schneiden und fein würfeln. In einer Pfanne mit heißem Olivenöl und einem Zweig Thymian anbraten. Das Rinderfilet in sehr dünne Scheiben schneiden. Den Thymian aus der Pfanne nehmen. Die Zwiebel in Ringe schneiden und den Knoblauch hacken und mit in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch auf einen Teller legen und die Paprikasalsa über das Rinderfilet geben.

Steffen Henssler am 29. 08. 2011

# Rinder-Filet mit Rotwein-Soße

**Für 4 Personen**

**Rinderfilet:**

4 dicke Rinderfiletsteaks    40 g Butter    Meersalz, fein  
Pfeffer

**Rotweinsoße:**

2 Schalotten    250 ml Rotwein, kräftig    1 Zweig Thymian  
50 g Butter    250 ml Kalbsfond    1 Zwiebel  
Schnittlauch    Meersalz, fein    Pfeffer, schwarz

Rinderfilet:

Rinderfiletsteaks rundherum mit Küchengarn in Form binden und mit der Handfläche etwas flach drücken. Die Butter in einer heißen Pfanne mit dickem Boden aufschäumen lassen. Rinderfilets salzen und pfeffern und sobald die Butter aufhört zu schäumen, in die Pfanne legen. Steaks leicht anheben, damit die Butter sich darunter verteilen kann und von beiden Seiten insgesamt acht bis zehn Minuten medium braten. Dabei immer wieder mit einem Löffel die heiße Butter über die Steaks gießen, damit sie gleichmäßig garen und schön braun werden. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Rinderfilets noch kurz darin ruhen lassen.

Rotweinsoße:

Die Schalotten klein schneiden, die Hälfte davon zusammen mit dem Rotwein, dem Thymianzweig und dem zerstoßenen Pfeffer in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Rotwein fast sirupartig einkochen lassen. Thymianzweig entfernen. Den Rest der kleingeschnittenen Schalotten in einem kleinen Topf bei milder Hitze in einen halben Esslöffel Butter anschwitzen. Mit Kalbsfond aufgießen und auf ein Drittel einkochen lassen. Rotweinreduktion dazugeben, kurz mitköcheln lassen und die Soße durch ein feines Sieb passieren. Die restliche Butter in kleinen Stückchen in die Soße hinein schmelzen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten. Die Zwiebel und den Schnittlauch fein schneiden. Die Steaks auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit jeweils zwei bis drei Esslöffel heißer Soße übergießen. Zwei Esslöffel Schnittlauch und zwei Esslöffel Zwiebeln vermischen und davon jeweils einen Esslöffel auf die Steaks geben. Meersalz und zerstoßenen Pfeffer darüber streuen und sofort servieren.

Lea Linster am 15. Januar 2010

# Rinder-Filet mit Tomaten-Tapanade, gratiniert

**Für 4 Personen**

**Rinderfilet:**

4 Stck. Rinderfilet	400 ml Grundsoße, Rind	200 ml Rotwein, spanisch
Salz	Pfeffer	

**Tomatentapanade:**

300 g Öl-Tomaten, getrocknet	30 g Tomatenmark	1 Glas Sardellen, klein
30 g Kapern	2 Schalotten	Salz
Pfeffer		

**Oliven-Knoblauch Kartoffelsalat:**

1 Bund Basilikum	100 g Parmesan	1 Bund Petersilie
5 Zehen Knoblauch	1 Bund Koriander	100 g Oliven
100 ml Olivenöl	50 g Pinienkerne	4 Kartoffeln, fest
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 120 bis 130 Grad vorheizen.

Rinderfilet:

Die Rinderfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne von allen Seiten scharf anbraten. In den Backofen auf der mittleren Schiene auf ein Rost geben und circa zehn Minuten backen. Die Pfanne von überflüssigem Fett befreien und den heißen Ansatz mit dem Rotwein ablöschen, einreduzieren lassen und mit der Grundsoße auffüllen. Leicht weiter köcheln lassen. Den Backofen auf Grill auf 280 Grad vorheizen.

Tomatentapanade:

Die getrockneten Tomaten abgießen und das Öl auffangen. Eine tiefe Pfanne erhitzen und die geschälten und klein geschnittenen Schalotten in dem Öl anschwitzen. Die Tomaten zusammen mit den Kapern, Tomatenmark und den Sardellen zugeben. Das Ganze leicht Temperatur nehmen lassen und dann in ein hohes Gefäß geben. Mit dem Pürierstab fein zerkleinern und eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rinderfilets auf der Oberseite circa zwei bis drei Millimeter dick mit der Tomatentapanade einstreichen. Die Filets maximal zwei Minuten unter dem heißen Grill geben, damit sie eine krosse Kruste bekommen.

Oliven-Knoblauch Kartoffelsalat:

Die Pinienkerne trocken in einer Pfanne goldbraun Farbe nehmen lassen. Basilikum, Koriander und die Petersilie zupfen und in einen hohen Topf geben. Die Pinienkerne zugeben und mit den Oliven und dem geschälten Knoblauch vermischen. Mit dem Pürierstab und unter langsamer Zugabe des Olivenöls eine homogene Masse herstellen. Zum Schluss den geriebenen Parmesan zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln in circa ein mal ein Zentimeter große Würfel schneiden. In einem Topf mit gesalzenem Wasser durchgaren. Abschütten und eventuell noch warm stellen. Die Kartoffelstücke zusammen mit dem Pesto-Olivenmix vermischen und auf einer länglichen Platte anrichten. Die Filets schräg in circa einen Zentimeter dicke Scheiben schneiden und auf den Kartoffelsalat setzen. Die Soße abschmecken und neben den Kartoffeln und dem Fleisch eine Soßenspur ziehen.

Alexander Herrmann / Kießwetter am 10. Oktober 2008

## Rinder-Filet Terriyaki mit Gemüse und Miso-Creme

### Für 4 Personen

800 g Kartoffeln	Meersalz	1 Rote Bete
1 grüner Rettich	2 Möhren	3 EL Orangensaft
2 EL Rapsöl	2 EL Walnussöl	weißer Pfeffer
2 Knoblauchzehen	2 Stangen Zitronengras	1 EL Szechuanpfeffer
300 ml koreanische Sojasauce	700 g Rinderfilet	300 ml Milch
50 g Misopaste		

Den Backofen auf 80 Grad (Umluft 65 Grad) vorheizen. Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Rote Bete, Rettich und Möhren gut waschen und schälen. Mit einem asiatischen Gemüseschneider in feine Streifen hobeln. Orangensaft mit Rapsöl, Walnussöl, etwas Salz und Pfeffer mischen, über die Gemüsestreifen gießen, gut untermischen und 10 Minuten ziehen lassen. Knoblauch schälen und fein schneiden. Vom Zitronengras die äußeren harten Hüllblätter entfernen, dann Zitronengras fein schneiden. Szechuanpfeffer in einer Pfanne leicht rösten, Ketjap Manis, Knoblauch und Zitronengras zugeben und aufkochen. Rinderfilet in 4 Medaillons schneiden und in eine Auflaufform legen, den heißen Gewürzfond darüber gießen und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten garen. Dann das Fleisch herausnehmen, abtropfen lassen und in einer Grillpfanne von allen Seiten kurz braten. Die Milch aufkochen. Die Kartoffeln abschütten, durch eine Presse drücken und mit der heißen Milch zu einem cremigen Püree rühren. Mit der Misopaste abschmecken. Mariniertes Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Kartoffel-Misopüree daneben aufstreichen. Rinderfilet aufschneiden, auf dem Püree anrichten, mit etwas Gewürzfond und Meersalz würzen.

Michael Kempf Freitag, 19. August 2011

## Rinder-Filet Wellington

### Für 4 Personen

160 g Champignons	1 Zwiebel	70 g gek. Schinken
5 Stängel glatte Petersilie	3 Zweige Thymian	2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer	1 EL Tomatenmark	40 ml Sherry
1 EL Rosenpaprika	2 EL Bratenjus	100 g Putenbrustfilet
Cayennepfeffer	80 g Sahne	700 g Rinderfilet
250 g Blätterteig	1 Eigelb	2 EL Milch
500 g Kartoffeln, fest	1 EL Butter	1 Msp. Muskat
300 ml Gemüsebrühe	30 g Parmesan	

Pilze putzen und sehr fein würfeln. Zwiebel schälen, fein würfeln. Schinken in 2 mm große Würfel schneiden. Petersilie und Thymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, Pilze und Schinken zugeben und kurz mitanschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenmark und Kräuter zugeben und mit Sherry ablöschen. Rosenpaprika untermischen, Bratenjus zufügen und die Flüssigkeit einkochen lassen. Dann die Pilze abkühlen lassen. Das Rinderfilet in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl rundum braun anbraten, abkühlen lassen und würzen. Putenfleisch in kleine Würfel schneiden, mit einer Prise Salz, Cayennepfeffer und etwas gekühlter Sahne in einen Cutter geben und zu einer Farce pürieren. Unter die ausgekühlte Pilzmasse die Geflügelfarce geben. Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 200 Grad) vorheizen. Den Blätterteig 2-3 mm dick ausrollen, so dass ein Rechteck entsteht, das 12 cm länger und 4 cm breiter als der Fleischumfang ist. Eigelb mit der Milch verquirlen und die Ränder des Blätterteiges damit einstreichen. Die Pilzefarce gleichmäßig stark in Länge und Breite des Filets auf die Teigplatte streichen, so dass ein Längs- und Seitenrand frei bleibt. (Wenn Teig übrig bleibt, kann er zum Verzieren der Rolle später verwendet werden.) Das Filet auf die Füllung geben, den Rest der Füllung auf dem Filet verteilen, einrollen, die Seitenränder unter die Rolle klappen und mit der Verschluss-Seite nach unten auf ein Backblech geben. Im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten goldbraun backen. Danach ca. 15 Minuten bei offener Tür ruhen lassen. Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Eine Auflaufform mit Butter ausfetten, die Kartoffelscheiben einschichten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und die Brühe angießen. Parmesan reiben und über die Kartoffeln streuen. Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen. Das Fleisch im Blätterteig aufschneiden und mit den Kartoffeln anrichten. Dazu passt sehr gut eine Pfeffersauce und Schmorgemüse.

Jörg Sackmann 13. Dezember 2011

# Rinder-Filet, Apfel-Kruste, Butter-Wirsing, Kartoffeln

## Für 2 Personen

2 Rinderfiletsteaks a 200 g	2 Scheiben Frühstücksspeck	400 g mehligk. Kartoffeln
1 süß-saurer, kleiner Apfel	400 g Wirsing	1 Zwiebel
1 Knoblauchknolle	1 unbehandelte Zitrone	2 EL Schlagsahne
80 g zimmerwarme Butter	1 EL Butterschmalz	2 EL Paniermehl
1 EL gemahlene Mandeln	1 Prise Zimt	60 ml Gemüsefond
2 Zweige glatte Petersilie	1 Muskatnuss	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Zwei kleine Auflaufförmchen mit etwas Butter einfetten. Die Kartoffeln schälen und in hauchdünne Scheiben hobeln. Die Kartoffelscheiben dachziegelartig in 2-3 Schichten verteilen. Jede Lage mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und mit etwa zwei Esslöffeln Sahne beträufeln. Anschließend in den Backofen geben und 25 Minuten backen. Die Rinderfiletsteaks waschen, trockentupfen und beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen. Jedes Filet mit einer Scheibe Frühstücksspeck umwickeln und mit Hilfe eines Zahnstochers feststecken. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Apfel halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in Würfel schneiden und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Zwei Esslöffel Butter, das Paniermehl und die Mandeln verrühren und mit einer Prise Zimt und Salz würzen. Anschließend die Apfelwürfel untermengen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Rinderfilets darin unter Wenden scharf anbraten. Die Apfelkruste nun auf den Filetsteaks verteilen und im Backofen für etwa fünf Minuten garen. Den Wirsing putzen, waschen, vierteln und in Streifen schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und in kleine Würfel schneiden. Die übrige Butter in einem Topf erhitzen und darin die Zwiebeln und den Wirsing anschwitzen, mit etwa sechs Esslöffeln Gemüsefond ablöschen und zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten dünsten. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Die Petersilienblätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Die Rinderfiletsteaks mit den Ofenkartoffeln und dem Wirsinggemüse auf Tellern anrichten und mit Petersilie garnieren.

Horst Lichter am 14. Dezember 2011

## Rinder-Filet, Kartoffeln, Spargel-Pesto, Soße Béarnaise

### Für 4 Personen

750 g Rinderfilet, pariert	50 ml Olivenöl	3 Zehen Knoblauch
2 Zweige Thymian	20 g Akazienhonig	700 g Kartoffeln, neu
250 g Spargel, grün	50 g Walnusskerne	150 ml Sonnenblumenöl
50 g Parmesan	3 Zweige Petersilie, glatt	2 Zweige Estragon
2 Zweige Kerbel	1 Schalotte	3 EL Weißweinessig
190 g Butter	3 Eier (Kl. M)	1 Zitrone
1 TL tasmanischer Pfeffer	8 Pfefferkörner ,schwarz	Meersalz
Cayennepfeffer	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Rinderfilet mit tasmanischem Pfeffer bestreuen und im Olivenöl wenden. In einem Gefrierbeutel 30 Minuten marinieren. Anschließend in einer heißen Pfanne von allen Seiten mit dem Thymian und dem halbierten, ungeschälten Knoblauch von allen Seiten anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und auf einen Gitterrost legen. Nun im vorgeheizten Ofen circa 35 Minuten garen. Tipp: Eine Fettfangschale unter den Gitterrost setzen,

damit der Bratensaft aufgefangen wird. Die Kartoffeln gründlich waschen und in einem Dämpf-topf weichgaren. Für das Spargelpesto den Spargel im unteren Drittel schälen und die Enden zwei Zentimeter abschneiden. Den Spargel in Stücke schneiden und fünf Minuten in kochendem Salzwasser garen. Anschließend abgießen und in Eiswasser abschrecken. Den Spargel, die Walnusskerne, den Honig und das Sonnenblumenöl in einer Küchenmaschine zu einer cremigen, nicht zu feinen Masse verarbeiten. Den Parmesan fein reiben, untermischen und das fertige Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie fein hacken. 40 Gramm Butter in einer Pfanne aufschäumen und die gedämpften Kartoffeln darin anschwanken. Die Petersilie zugeben und mit Salz würzen. Das Rinderfilet nach der Garzeit aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Für die Béarnaise den Estragon und den Kerbel abbrausen und trockenschütteln. Die Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Die Schalotte schälen und klein würfeln. Die schwarzen Pfefferkörner mit einem Messer grob zerdrücken. Nun die Schalotten, Pfefferkörner, abgezupfte Kräuterstiele und das Weißweinessig mit 75 Milliliter Wasser aufkochen, auf ein Drittel einkochen lassen und anschließend lauwarm abkühlen lassen. Die restliche Butter würfeln und bei Zimmertemperatur weich werden lassen. Die Eier trennen. Die lauwarme Schalotten-Reduktion durch ein Sieb in eine große Schlagschüssel gießen und die Eigelbe zufügen. Die Schüssel auf ein heißes Wasserbad (circa 80 Grad) stellen und mit einem Schneebesen zu einem dick-cremigen Schaum aufschlagen. Danach vom Herd nehmen und die weiche Butter stückweise unterschlagen. Die Zitrone halbieren und eine Hälfte entsaften. Die Béarnaise mit Salz, Cayennepfeffer und den Saft der halben Zitrone abschmecken. Das Rinderfilet in Tranchen schneiden, mit Meersalz würzen und mit den Kartoffeln auf Tellern anrichten. Die Sauce Béarnaise und das Spargelpesto seitlich dazu platzieren und das Ganze servieren.

Johann Lafer am 28. Mai 2011

# Rinder-Filet, Senf-Kräuter-Kruste, Bratkartoffel-Spalten

## Für 2 Personen

3 große Kartoffeln, fest	2 Rinderfilets à 200 g	Salz, Pfeffer
3 EL Olivenöl	100 ml kräftiger Rotwein	1 Scheibe Weißbrot vom Vortag
1/2 Bund glatte Petersilie	2 Zweige Thymian	2 Schalotten
3 EL Butter	1 TL englisches Senfpulver	

Die Kartoffeln kochen, pellen und auskühlen lassen. Den Backofen auf 60 Grad vorheizen (Umluft nicht geeignet). Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von jeder Seite ca. 4 Minuten bei schwacher bis mittlerer Hitze braten. Dann die Filets aus der Pfanne nehmen und im Ofen warm stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Rotwein ablöschen, den Wein etwas einkochen lassen, dann beiseite stellen. Das Weißbrot fein reiben. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotten schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, das Senfpulver darüber streuen und die Kräuter untermischen. Kartoffeln in dicke Spalten (doppelt so dick wie Pommes frites) schneiden. Die Kartoffelspalten in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl rundum braun braten und mit Salz würzen. Die Filets aus dem Ofen nehmen und den Backofengrill vorheizen. Die Schalotten-Kräuter-Paste auf die Filets streichen, 1 EL Butter in Flöckchen und etwas geriebenes Weißbrot darüber streuen und die Filets unter dem Grill gratinieren. Die Weinsauce aufkochen lassen, 1 EL Butter einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Filets anrichten und die Sauce angießen, die Bratkartoffelspalten dazu servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 11. August 2011

# Rinder-Filet-Steak mit Kräutern, Bandnudeln, Trüffel-Soße

## Für 2 Personen

2 Rinderfiletsteaks a 200 g	200 g Bandnudeln	1 Stange Porree
1 schwarzer, eingel. Trüffel	20 g Ingwer	2 EL Paniermehl
1 EL Butterschmalz	20 g zimmerwarme Butter	150 g Schlagsahne
100 ml Kalbsfond	100 ml trockener Weißwein	20 ml Sherry (medium)
6 Stiele Majoran	4 Stiele krause Petersilie	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 225 Grad Umluft vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Den Porree putzen und abbrausen. Vom Porree nur die weiße Stange nutzen und in feine Ringe schneiden. Die Ringe in das kochende Wasser geben und kurz blanchieren. Anschließend auf einem Sieb abtropfen lassen. Einen weiteren Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Den Kalbsfond, den Wein, die Sahne und den Sherry in einen Topf geben und auf die Hälfte einkochen lassen. Den eingelegten Trüffel in feine Scheiben hobeln und mit etwas Einlegflüssigkeit unter die Sahnesauce heben. Den blanchierten Porree hinzufügen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Majoran und die Petersilie waschen und trocken tupfen. Die Blätter von den Stielen abzupfen und klein hacken. Den Ingwer schälen und fein reiben. Die Kräuter, das Paniermehl und den geriebenen Ingwer zusammen mit der Butter zu einer Masse kneten und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen. Die Filetsteaks waschen, trocken tupfen und beidseitig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch von beiden Seiten etwa zwei Minuten scharf anbraten. Anschließend die Kräutermasse auf der Oberseite der Filetsteaks gleichmäßig verteilen, in den vorgeheizten Backofen geben und sechs bis acht Minuten garen lassen. Die Bandnudeln in das kochende Salzwasser hineingeben, darin bissfest kochen und anschließend unter die fertige Trüffel-Sauce heben. Die Filetsteaks zusammen mit den Bandnudeln und der Trüffelsauce auf Tellern anrichten und servieren.

Horst Lichter am 07. Oktober 2011

## Rinder-Filet-Streifen auf süß-saurem Rettich-Gemüse

**Für 4 Personen**

**Rettichgemüse:**

2 Bund Radieschen	2 Bund kleine weiße Rettiche	200 g Rettich, rot
50 g Rosinen	250 ml Weißwein	50 g Rohrzucker
1 Stange Zimt	50 g Macadamianüsse	25 ml Weißweinessig
25 ml japanischer Reiswein	Salz	Pfeffer
Chili		

**Rinderfiletstreifen:**

1 Bund Koriandergrün	600 g Rinderfilet	2 Eier
50 g Sahne	1 TL Wasabipaste	100 g Mehl
100 g Pankomehl	30 g Sesamsamen, geschält	Fett
Salz	Pfeffer	

Rettichgemüse:

Radieschen, roten Rettich und Eiszapfen putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Rosinen in Weißwein einlegen. Rohrzucker in einer Pfanne schmelzen, leicht karamellisieren lassen. Die eingelegten Rosinen samt Weißwein und Zimtstange zugeben und einmal aufkochen lassen. Macadamianüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Nüsse, Weißweinessig und Mirin zugeben und den Sud fünf bis acht Minuten einkochen lassen. Die Rettichscheiben zugeben, durchschwenken und mit Salz, Pfeffer und Chili aus der Gewürzmühle abschmecken.

Rinderfiletstreifen:

Koriander abrausen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken. Koriander kurz vor dem Servieren untermischen. Das Rinderfilet von Sehnen befreien und in Streifen schneiden. Eier, Sahne und Wasabi verquirlen. Panko und Sesam mischen. Die Rinderfiletstreifen mit Salz und Pfeffer würzen, im Mehl wenden, durch das Wasabi-Ei ziehen und in den Panko-Bröseln wenden. Im etwa 160 Grad heißem Fett ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen und leicht salzen. Das Rettich-Gemüse mit dem Sud auf Tellern anrichten und die Filetstreifen anlegen, mit frischem Koriander garnieren.

Johann Lafer am 11. September 2009

## Rinder-Filet-Tatar mit Bratkartoffeln

### Für 2 Personen

300 g Kartoffeln, fest	1 kleine Zwiebel	Olivenöl
Salz, Pfeffer	3 Stängel Petersilie	300 g Rinderfilet
1 Eigelb	1 EL Schalotten, gehackt	1 TL Cornichons, gehackt
1 TL Kapern, gehackt	1 Sardelle, fein gehackt	Tabasco
1 Schuss Cognac	2 große Salatblätter	

Die Kartoffeln kochen und abkühlen lassen. Die Zwiebel schälen, eine Hälfte in Ringe schneiden, die andere Hälfte fein hacken. Die Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit etwas Fett anbraten, die gehackten Zwiebeln zugeben und weiterbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie waschen, abtropfen lassen, fein hacken und zum Schluss 1 EL unter die heißen Kartoffeln geben. Das Rinderfilet parieren und ganz fein schneiden. Mit Eigelb, gehackten Schalotten, Cornichons, Kapern, 1 TL gehackte Petersilie und Sardelle gut vermischen und mit Tabasco, Cognac, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Tatar jeweils auf einem Salatblatt anrichten, mit den Zwiebelringen garnieren und den Kartoffeln servieren.

Otto Koch Freitag, 04. April 2008

## Rinder-Geschnetzeltes mit Kokos und rotem Curry

### Für 2 Personen

1/2 Apfel	2 Schalotten	2 EL Sonnenblumenöl
1/2 Banane	1 TL Tomatenmark	1 EL roter Thai Curry (Paste)
1 EL Mehl	200 ml Fleischbrühe	200 ml Kokosmilch, ungesüßt
50 g Kokosraspel	300 g Rindshülfe oder Lende	Salz, Pfeffer
6 Frühlingszwiebeln	6 kleine Kirschtomaten	10 kleine Champignons
1 Bund Koriander	1 Bund Thai-Basilikum	

Für die Soße den Apfel und die Schalotten schälen und in kleine Stücke schneiden. Ein Esslöffel Öl in einem Topf erhitzen und die Würfel darin anschwitzen. Die Banane klein schneiden und mit dem Tomatenmark dazugeben und weiter anrösten. Currypaste zugeben und mit Mehl bestäuben. Mit der Fleischbrühe und der Kokosmilch ablöschen. Gut 20 Minuten kochen lassen. Dann mit einem Stabmixer pürieren und abschmecken. Die Kokosraspel im Ofen unter dem Grill auf einer flachen Pfanne kurz goldbraun anrösten. Das Rindfleisch in kleine Streifen schneiden, würzen mit Salz und Pfeffer und in einer Pfanne mit restlichem Öl scharf anbraten. Das Fleisch nicht ganz durchbraten, aus der Pfanne nehmen, auf ein Sieb geben und den abtropfenden Fleischsaft auffangen. Die Frühlingszwiebeln waschen, klein schneiden und in den aufgefangenen Fleischfond geben und noch 2 Minuten kochen lassen. Dann den Fond in die Currysoße geben und nochmals einige Minuten kochen lassen. Tomaten und Champignons putzen und in den letzten drei Minuten in der Currysoße mitkochen. Koriander und Thai-Basilikum waschen, trocken schütteln und fein hacken. Das Fleisch in die Soße geben und erwärmen. Koriander und Basilikum zugeben und anrichten. Dazu passt Thailändischer Duftreis.

Otto Koch Freitag, 11. September 2009

# Rinder-Gulasch mit Paprika-Kraut

## Für 4 Personen

### Für das Gulasch:

800 g Rinderschulter	500 g Zwiebeln	2 EL Butterschmalz
Salz, Pfeffer	1 EL Tomatenmark	3 EL Paprikapulver, edelsüß
1 TL Paprikapulver, scharf	1/2 TL Majoran, gerebelt	1/2 TL Thymian, getrocknet
1/2 TL Kümmel, leicht gehackt	1/2 TL Zitronenschale	

### Für das Paprikakraut:

2 Schalotten	2 EL Butter	1 Knoblauchzehe
1 rote Paprika	1/4 l trockenen Weißwein	200 g Sauerkraut
1 TL Bio-Gemüsebrühepulver	1 EL Paprikapulver, mild	1 Lorbeerblatt
1 TL zerdrückte Wacholderbeeren	Salz, Pfeffer	

Für das Gulasch:

Das Fleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in möglichst feine Scheiben schneiden. Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen und die Zwiebeln darin hellbraun rösten. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, zugeben und kurz anbraten. Tomatenmark und Paprikapulver zugeben, alles mit ca. 50 ml Wasser ablöschen, gut vermengen und zugedeckt kurz bei schwacher Hitze ziehen lassen. Dann bis auf Fleischhöhe Wasser angießen, den Topf wieder zudecken und alles bei niedriger Temperatur ca. 2,5 Stunden garen.

Für das Paprikakraut:

Die Schalotten schälen, würfeln und mit 1 Esslöffel Butter in einer Pfanne glasig dünsten. Den Knoblauch schälen, fein schneiden und etwas später dazugeben, da er schnell dunkel wird. Nichts darf braun werden, deshalb nur mäßig Hitze. Die Paprika putzen und fein würfeln. Den Wein, die Paprika, das Sauerkraut und die Gewürze in die Pfanne geben. Mit einer Gabel vermengen, pfeffern und salzen. Fünfzehn Minuten kochen bei geschlossenem Deckel. Die Flüssigkeit sollte restlos verflüchtigt sein, dazu evtl. den Deckel abnehmen und bei großem Feuer reduzieren. 1 EL Butter untermischen, das Kraut hat auf diese Weise noch Biss, sollte aber nicht mehr hart sein. Majoran, Thymian, Kümmel und Zitronenschale kurz vor Ende der Garzeit zum Gulasch geben. Das Fleisch mit einer Spießgabel aus der Sauce nehmen und am Topfrand abklopfen. Die Sauce mit einem Stabmixer zerkleinern und kurz sämig einkochen. Das Gulasch wird nicht mit Mehl gebunden, die Bindung entsteht durch die Zwiebeln. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, das Fleisch zugeben, erneut kurz aufkochen und servieren. Gulasch und Paprikakraut anrichten. Dazu passen Salzkartoffeln.

Vincent Klink 22. Dezember 2011

## Rinder-Hüfte mit Senf-Kräuter-Kruste

### Für 4-6 Personen

1,3 kg Rindshüfte am Stück	Salz	Pfeffer
4 El Olivenöl	5 Schalotten	1 El Zucker
250 ml Rotwein	3 Scheiben Toastbrot	4 Stiele Petersilie
3 Zweige Thymian	60 g weiche Butter	2 El groben Senf

Das Fleisch salzen und pfeffern. 2 El Öl in einem Bräter erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten anbraten. Schalotten pellen und zum Fleisch geben. Im vorgeheizten Ofen bei 150 Grad auf der 2. Schiene von unten ca. 35 Min. braten. Fleisch aus dem Bräter nehmen und beiseite stellen. Bratenfond stark einkochen lassen. 1 El Zucker zugeben und mit Rotwein ablöschen, Senf zugeben. Soße auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Brot würfeln, Petersilien- und Thymianblätter abzupfen und alles im Küchenmixer fein zerkleinern. Mit Butter, Salz und Pfeffer mischen. Brösel auf dem Fleisch verteilen und fest andrücken und anschließend 3-4 Minuten unter dem Grill goldbraun rösten. Fleisch aus dem Ofen nehmen und 5-10 Minuten ruhen lassen. Mit der Soße servieren.

Tim Mälzer am 16. 10. 2010

## Rinder-Roulade a la O. Koch

### Für 4 Personen

4 Scheiben Rindfleisch a 160 g	Salz, Pfeffer	1 EL scharfer Senf
8 Scheiben Speck	4 Essiggurken	350 g Röstgemüse
2 EL Pflanzenöl	1 EL Tomatenmark	150 ml Rotwein
1 EL Mehl	500 ml brauner Kalbsfond	1 Lorbeerblatt
1 Knoblauchzehe	10 Pfefferkörner	evtl. 1 TL Speisestärke

Das Rouladenfleisch zwischen einem aufgeschnittenen Gefrierbeutel plattieren, dann mit Salz und Pfeffer würzen. Auf einer Seite die Fleischscheiben mit Senf bestreichen. Darauf jeweils 2 Speckscheiben der Länge nach darauf legen. Die Gurken längs in Scheiben schneiden und auf den Speck geben. Die Fleischscheiben aufrollen und mit einer Rouladennadel oder einem Holzspieß feststecken. Das Röstgemüse putzen, evtl. schälen und in Würfel schneiden. Das Öl in einer tiefen Pfanne oder einem Schmortopf erhitzen. Die Rouladen darin von allen Seiten goldbraun anbraten, herausnehmen und das Röstgemüse in die Pfanne geben. Unter ständigem Rühren anbraten, bis es leicht Farbe angenommen hat. Das Tomatenmark zugeben. Mit 75 ml Wein ablöschen und diesen komplett einkochen lassen. Dann mit dem restlichen Wein ablöschen und diesen ebenfalls einkochen lassen. Mit Mehl bestäuben und unterrühren. Dann den Fond hinzugießen. Lorbeerblatt, geschälte Knoblauchzehe und Pfefferkörner zugeben, alles einmal aufkochen, dann die Temperatur reduzieren und die Rouladen wieder einlegen. Zugedeckt bei geringer Hitze die Rouladen ca. 90 Minuten weich schmoren. Die Rouladen aus der Soße nehmen, die Soße passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Evtl. mit etwas Stärke binden, dafür die Stärke mit 1 EL Wasser verrühren und mit der Soße aufkochen. Rouladen mit der Soße anrichten. Dazu passen Knödel und Rotkraut.

Otto Koch Freitag, 16. Oktober 2009

# Rinder-Roulade mit Gemüse und Schinken

**Für 4 Personen**

**Rouladen:**

4 Scheiben Rouladen, a 160 g	150 g Kalbsbrät	1 TL Senf, scharf
2 EL Sahne	2 Karotten	170 g Knollensellerie
1 Gewürzgurke	1 Scheibe Schinken, gekocht	1 EL Öl
1 Zwiebel	1 TL Puderzucker	1 – 2 EL Tomatenmark
150 ml Rotwein	0,5 l Geflügelfond	5 Wacholderbeeren
5 Pimentkörner	1 – 2 Lorbeerblätter	1 Schote Chili, rot
0,5 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	1 – 2 EL Speisestärke
Pfeffer	Chilipulver	Salz

**Püree:**

2 EL Senfkörner, gelb	1 kg Kartoffeln, mehlig	0,5 TL Kümmelsamen
250 ml Milch	1 EL Butter	2 EL Butter, braun
Muskatnuss	Salz	

**Rouladen:** Das Fleisch auf der Arbeitsfläche auslegen. Das Kalbsbrät mit Senf und Sahne verrühren und mit einer Prise Chilipulver würzen. Das Brät auf die Rouladen streichen. Die Karotten und den Sellerie putzen und schälen. Eine Karotte und 50 Gramm Sellerie mit der Gurke und dem Schinken in Stifte schneiden und quer auf den Fleischscheiben verteilen. Die Längsseiten der Rouladen etwas einschlagen und das Fleisch von der schmalen Seite her aufrollen. Mit Rouladennadeln oder kleinen Holzspießen feststecken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rouladen darin rundum anbraten. Die Zwiebel schälen und mit der restlichen Karotte und dem übrigen Sellerie in einen halben Zentimeter große Würfel schneiden. Den Puderzucker in einen Topf stäuben und hell karamellisieren. Das Gemüse hinzufügen und ohne Fett darin anbraten. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mitrösten. Mit dem Wein ablöschen und vier bis fünf Minuten sämig einköcheln lassen, dann zwei Drittel Fond angießen. Den Bratensatz der Rouladen mit dem restlichen Fond ablöschen und dazugießen. Die Rouladen in den Topf geben und zugedeckt zwei bis zweieinhalb Stunden schmoren. Nach 40 Minuten Garzeit die Wacholderbeeren und Pimentkörner sowie die Lorbeerblätter, zerkleinerte Chili-Schote, den geschälten Knoblauch und den Ingwer hinzufügen. Die Rouladen herausnehmen. Die Soße durch ein Sieb streichen, dabei das Gemüse etwas ausdrücken. Die Speisestärke mit etwas Wasser glatt rühren. Unter die Soße rühren und einmal aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rouladen in der Soße nochmals erhitzen.

**Püree:** Die Senfkörner in Salzwasser in 20 Minuten weich kochen, in ein Sieb abgießen und unter kaltem Wasser abspülen. Die Kartoffeln waschen und in reichlich Salzwasser mit dem Kümmel weich kochen. Kartoffeln abgießen, möglichst heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die Milch erhitzen und mit einem Kochlöffel unter die durchgepressten Kartoffeln rühren. Die Butter und die braune Butter untermischen. Die Senfkörner hineinrühren und das Püree mit Salz und Muskatnuss würzen.

**Anrichten:** Die Rouladennadeln entfernen, das Fleisch in Scheiben schneiden und mit der Soße und dem Püree auf vorgewärmten Tellern anrichten.

**Tipp:** Wenn Sie kein Kalbsbrät bekommen, können Sie die Rouladen stattdessen auch dünn mit scharfem Senf bestreichen.

Alfons Schuhbeck am 10. Juni 2011

## Rinder-Roulade nach Karlheinz-Hauser

### Für 4 Personen

2 Zwiebeln	5 EL Butter	100 g gerauchter Bauchspeck
ca. 150 g Gewürzgurken	8 Scheiben Rindfleisch a 80 g	Paprikapulver
15 g Dijon-Senf	Salz, Pfeffer	300 g Röstgemüse
40 g Schweineschmalz	1 EL Tomatenmark	150 ml Weißwein
250 ml Rotwein	50 ml Madeira	ca. 1 l Kalbsfond
250 g gemischte Speisepilze	1 Schalotte	1/2 Bund glatte Petersilie

Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Zwiebelstreifen anschwitzen. Speck und Gewürzgurken ebenfalls in Streifen schneiden. Die Fleischscheiben dünn plattieren und mit etwas Paprika bestäuben, dann mit Senf bestreichen. Gurken-, Speck- und Zwiebelstreifen darauf verteilen. Die Scheiben seitlich leicht einschlagen, dann zusammenrollen und mit einem Faden über Kreuz gebunden fixieren. Die Rouladen außen mit Salz und Pfeffer würzen. Das Röstgemüse putzen bzw. schälen und würfeln. Die Rouladen in einem Schmortopf mit Schweineschmalz rundum gut anbraten. Dann herausnehmen und im Schmortopf das Röstgemüse mit 1 EL Butter anbraten. Tomatenmark zugeben und mit Weißwein, Rotwein und Madeira ablöschen. Die angebratenen Rouladen wieder einlegen und die gesamte Flüssigkeit im Schmortopf einkochen lassen. Dann soviel Kalbsfond auffüllen, dass die Rouladen zur Hälfte mit Flüssigkeit bedeckt sind. Zugedeckt bei mäßiger Hitze die Rouladen ca. 50 Minuten schmoren. Dabei immer wieder mal wenden und evtl. noch etwas Kalbsfond nachgießen. In der Zwischenzeit die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trockenschütteln und fein hacken. In einer Pfanne mit 2 EL Butter die Schalotten anschwitzen, die Pilze zugeben und anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss die Petersilie untermischen. Die gegarten Rouladen aus dem, mit 1 EL kalter Butter montieren und abschmecken. Die Rouladen anrichten und die Soße angießen. Die Pilze obenauf die Rouladen geben. Dazu passen glacierte Karotten und Kartoffel-Püree.

Karlheinz Hauser Montag, 12. Oktober 2009

## Rinder-Rouladen mit Rotkohl und Kartoffel-Püree

### Für 4 Personen

4 Rindsrouladen a 150 g	Salz, Pfeffer	3 EL Senf
2 Zwiebeln	3 TL Speiseöl	4 Essiggurken
50 g Speck	1 Bund Petersilie	0,5 l Rotwein
1 EL Mehl	2 Äpfel	1 Rotkohlkopf
2 EL Zucker	2 EL Essig	1 TL Nelken
0,5 l Apfelsaft	1 kg mehligk. Kartoffeln	0,4 l Milch
80 g Butter	Muskat	

Das Fleisch plattieren, salzen, pfeffern und mit Senf bestreichen. Eine Zwiebel schälen, klein schneiden und in einer Pfanne mit 1 TL Öl anbraten, Gurken und Speck in kleine Würfel schneiden und mit den Zwiebeln und gehackter Petersilie auf das Fleisch legen. Zu einer Roulade einrollen und mit Spießchen zustecken. Die Rouladen von allen Seiten in der Pfanne mit 1 TL Öl bei hoher Hitze kurz anbraten. Die zweite Zwiebel schälen, klein schneiden, in einem Topf mit 1 TL Öl anrösten, mit circa 200 ml Wasser und dem Rotwein auffüllen und die Rouladen dazugeben. Circa eine Stunde im Ofen bei circa 150 Grad (Umluft: ca. 130 Grad/ Gasherd: 2) garen. Die Rouladen aus dem Topf nehmen, die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken und eventuell mit etwas Mehl binden. Die Äpfel schälen, Apfel und Rotkohl klein schneiden und in einem Topf mit ca. 2 EL Zucker, etwas Essig, Gewürznelken und 3 EL Wasser und dem Apfelsaft circa 40 Minuten dünsten, bis das Kraut eine lila Färbung hat. Das Rotkraut nochmal mit Zucker und Essig abschmecken. Die Kartoffeln schälen, in Salzwasser kochen, durch eine Kartoffelpresse drücken Milch und Butter unterrühren und mit Muskat abschmecken.

Michael Braun Mittwoch, 30. Januar 2008

## Rinder-Rouladen

### Für 6 Personen

50 g Pinienkerne	50 g getrocknete Tomaten	2 Knoblauchzehen
7 El Olivenöl	6 Rindsrouladen a 150 g	6 Scheiben Pancetta
Salz, Pfeffer	1 Bund Basilikum	1 große weiße Zwiebel
2 Stangen Staudensellerie	4 Tomaten	3 Stiele Thymian
1 Tl Fenchelsaat	100 ml Weißwein	350 ml Kalbsbrühe
1/2 Kartoffel (ca. 100 g)	5 Stiele glatte Petersilie	

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann abkühlen lassen. Die getrockneten Tomaten mit Knoblauch, der Hälfte der Pinienkerne und 3 Löffeln Olivenöl im Mixer zu einer noch leicht stückigen Paste verarbeiten. Rouladen nebeneinander legen und mit ein wenig Salz, Pfeffer würzen. Mit der Tomatenpaste bestreichen, mit je 1 Scheibe Pancetta und 2 Basilikumblättern belegen. Rouladen aufrollen und mit Nadeln zusammen stecken. Zwiebeln würfeln, Staudensellerie in 0,5 cm breite Scheiben schneiden. Rouladen von außen mit Salz und Pfeffer würzen. Rouladen in einem geeigneten Topf oder Bräter in 4 El Olivenöl hellbraun anbraten. Tomaten halbieren und den Strunk entfernen. Rouladen herausnehmen, Tomaten mit der Schnittfläche nach unten in den Topf setzen und mit Fenchelsaat zusammen anschwitzen, anschließend das Gemüse im Topf glasig, ohne Farbe dünsten. Thymian zugeben. Mit Weißwein ablöschen und mit 350 ml Kalbsbrühe oder Rinderbrühe auffüllen. Kartoffel schälen und in den Sud reiben (dient zur natürlichen, leichten Bindung). Rouladen zugeben und das ganze mit halbgeöffnetem Deckel im Backofen bei 160 - 170 Grad auf der untersten Schiene 2 bis 2 1/2 Stunden garen. Zum Schluss fein gehackte Petersilie unterrühren. Rouladen mit dem Sud auf Tellern anrichten und mit den restlichen Pinienkernen und Basilikumblättern servieren. Dazu gibt es Baguette oder anderes Brot.

Tim Mälzer am 29. 08. 2009

## Rinder-Schmorbraten mit Steckrüben-Gemüse

### Für 4 Personen

1 kg Rinderbrust	Salz, Pfeffer	4 EL Speiseöl
2 Gemüsezwiebeln	1 Sellerieknolle	4 EL Honig
4 Lorbeerblätter	600 ml Rotwein	1 l Gemüsebrühe
800 g Steckrüben	2 kleine Zwiebeln	2 TL Zucker
400 g Schalotten	2 TL Butterschmalz	4 EL Balsamico-Essig

Das Fleisch salzen, pfeffern und in einem Bräter mit etwas Öl von allen Seiten scharf anbraten. Gemüsezwiebeln und Sellerie schälen, in feine Stücke schneiden, mit 2 Esslöffeln Honig und den Lorbeerblättern in den Bräter geben und glasig anbraten. Mit etwas Rotwein und Gemüsebrühe ablöschen. Den Braten im Backofen bei circa 180 Grad (Umluft: 160 Grad/ Gasherd: Stufe 2-3) ungefähr 1 Stunde schmoren und dabei nach und nach Rotwein und Brühe (100 ml Brühe zurückbehalten) angießen, so dass der Braten immer zu 1/3 im Fond liegt. Das Fleisch zwischendurch öfter wenden. Für das Steckrübengemüse, die Steckrüben schälen, in Scheiben schneiden und in Form bringen. Die Zwiebeln schälen, klein schneiden. In einem Topf mit 2 EL Öl anschwitzen. Steckrüben zugeben, 100 ml Gemüsebrühe angießen, mit etwas Zucker und Salz, Pfeffer würzen und weich dünsten. Die Schalotten schälen, in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz anbraten, mit Balsamico-Essig ablöschen, weich dünsten, 2 Esslöffel Honig zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den gegarten Braten herausnehmen, den Fond durch ein feines Sieb passieren, abschmecken und eventuell mit etwas Mehl binden.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 26. Februar 2008

# Rinder-Steak mit Burgunder-Senf und Wurzel-Gemüse-Sud

## Für 2 Personen

1 Zwiebel	80 g Karotte	80 g Petersilienwurzel
80 g Lauch	8 Champignons	8 kleine Kartoffeln
2 EL Korianderkörner	1 TL rote Pfefferkörner	1 TL getr. grüne Pfefferkörner
1 TL schwarze Pfefferkörner	2 Zweige Thymian	2 Knoblauchzehen
6 EL Olivenöl	400 g Rindersteak	2 Zweige Rosmarin
1 Lorbeerblatt	2 Stück Würfelzucker	300 ml Spätburgunder
1/2 EL Zucker	20 ml Cassismark	2 EL Dijonsenf
Cayennepfeffer	50 ml weißer Balsamico	500 ml Rinderfond
1/2 Bund Schnittlauch		

Den Backofen auf 140 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Zwiebel, Karotte und Petersilienwurzel schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Pilze putzen. Die Kartoffeln schälen und jeweils in 3 gleichgroße Stücke schneiden. Korianderkörner in einer Pfanne ohne kurz rösten, dann zusammen mit roten, grünen und schwarzen Pfefferkörnern in einen Mörser geben und fein zerdrücken. Thymian abspülen, trocken schütteln und 1 Zweig fein schneiden. Knoblauch schälen, eine Zehe fein schneiden und mit geschnittenem Thymian, 2 EL Olivenöl und der Pfeffermischung vermischen. Das Fleisch in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl kurz von beiden Seiten anbraten, dann mit der Pfeffer-Ölmischung einreiben und auf einem Backblech im vorgeheizten Ofen rosa garen. Aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Zwiebel in einem Schmortopf mit 3 EL Olivenöl anschwitzen. Karotte, Petersilienwurzeln Lauch, Kartoffeln und Pilze zugeben. Thymian-, 1 Rosmarinzwig, Lorbeerblatt, Würfelzucker und eine geschälte Knoblauchzehe zugeben und zugedeckt ca. 10 Minuten sachte schmoren. Für den Burgundersenf 1 Rosmarinzwig abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Wein und Zucker in einen Topf geben und nahezu einkochen lassen. Dann das Cassismark zugeben und aufkochen. Senf und Rosmarin untermischen und gut verrühren. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Zum Gemüse im Schmortopf Balsamico zugeben, mit Rinderfond auffüllen und köcheln lassen, bis alle Gemüse weich sind. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Gemüsesud abschmecken und Schnittlauch untermischen. Den Gemüsesud in tiefen Tellern anrichten, das Fleisch in Scheiben aufschneiden und auf das Gemüse legen, den Burgundersenf auf das Fleisch streichen und servieren.

Jörg Sackmann Dienstag, 18. Oktober 2011

## Rinder-Steak mit Miso-Kruste und Thai-Auberginen

### Für 4 Personen

50 g Toastbrot	50 g Butter	2 TL Misopaste
0,5 Knolle Ingwer	2 Limetten , unbehandelt	4 Rindersteaks, a 250 g
60 ml Olivenöl	0,5 Knolle Knoblauch	2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	12 Thai-Auberginen (Mini-Auberginen)	3 EL Zucker
3 EL Sake	1 Schote Chili, klein, rot	2 TL Fruchtsenf
1 TL Sesam, hell	20 ml Sesamöl	4 Frühlingszwiebeln
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Für die Kruste das Toastbrot entrinden und in einer Küchenmaschine fein mahlen. Die Butter mit der Misopaste in einer Schüssel schaumig schlagen. Vom Ingwer ein zehn Gramm schweres Stück abschneiden, dieses schälen und fein reiben. Die Schale einer halben Limette reiben, den Saft pressen. Die Butter- Misopaste mit dem fein geriebenen Ingwer, Limettensaft und abgeriebener Schale mischen. Das geriebene Brot zugeben und untermischen. Nun die Brotmasse in einen Gefrierbeutel geben, drei bis vier Millimeter dick ausrollen und zehn Minuten im Gefrierfach anfrieren lassen. 30 Milliliter Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Rindersteaks darin von beiden Seiten anbraten. Knoblauch, Thymian und Rosmarin mit ins Bratfett geben. Die Steaks herausnehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf ein mit Alufolie belegtes Blech geben. Im vorgeheizten Backofen zehn Minuten ruhen lassen. Den Backofengrill auf 220 Grad vorheizen. Die Auberginen waschen und längs halbieren. Das Fruchtfleisch rautenförmig einritzen. Mit dem übrigen Olivenöl beträufeln und in einer Grillpfanne oder auf dem Grill bei mittlerer Hitze etwa fünf Minuten grillen. Für die Marinade die Schale einer Limette abreiben und den Saft pressen. Die Chilischote entkernen und fein hacken. Zucker, Sake, Limettensaft und abgeriebene Schale, Chili, Fruchtsenf, Sesam und Sesamöl verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in feine Ringe schneiden und zur Marinade geben. Die Thai-Auberginen auf einer Platte anrichten und großzügig mit der Marinade beträufeln. Die Kruste in vier Stücke schneiden und die Folie entfernen. Nun auf die Steaks legen und das Fleisch unter dem Backofengrill goldbraun gratinieren. Anschließend in Scheiben schneiden und auf den Auberginen anrichten. Mit der restlichen Marinade beträufeln und servieren.

Johann Lafer am 10. Juli 2010

## Rinder-Tatar mit Röstzwiebel

### Für 2 Personen

3 Schalotten	5 Cornichons	2 Sardellenfilets
2 EL Kapern	500 g Rinderfilet	Salz
Zucker	Paprikapulver, edelsüß	1 TL scharfer Senf
1 TL Ketchup	3 Eigelb	7 EL Olivenöl
Pfeffer	100 g Kopfsalat	2 Zwiebeln
2 EL Mehl	ca. 200 ml Frittierfett	1/2 Baguette
1 EL Butter	4 frische Wachteleier	1 EL Butter
1/2 Bund Kerbel	1 EL Sherry-Essig	8 Kapernäpfel

Schalotten schälen und sehr fein schneiden. Cornichons in feine Würfel schneiden. Die Sardellenfilets mit den Kapern fein hacken. Das Rindfleisch in Streifen schneiden, mit etwas Salz, einer Prise Zucker und Paprikapulver vermengen und durch die Mittlere Scheibe des Fleischwolfes drehen. (Alternativ zum Fleischwolf kann man auch mit einem sehr scharfen Messer das Fleisch fein hacken.) Gehacktes Fleisch mit Schalotte, Cornichons, Sardellen und Kapern, Senf, Ketchup, Eigelb und Pfeffer in eine Schüssel (die gut gekühlt ist bzw. auf einer Schüssel mit Eiswürfeln steht) geben und miteinander vermengen. Zum Schluss 4 EL Olivenöl untermischen und alles abschmecken. Das Tatar ca. 30 Minuten im Kühlschrank gut durch kühlen. Salat putzen, waschen, trocken schleudern. Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Das Mehl und 1/2 TL Paprikapulver miteinander vermischen und die Zwiebeln darin wälzen. In einem Topf oder einer Friteuse mit ca. 140 Grad heißem Frittierfett die Zwiebelringe goldbraun ausbacken. Die frittierten Zwiebelringe auf Küchenkrepp abtropfen lassen und leicht salzen. Das Baguette in ca. 5 mm starke Scheiben schneiden. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl und 1 EL Butter erhitzen und die Baguettescheiben bei mittlerer Hitze drin goldbraun braten. Anschließend ebenfalls auf Küchenkrepp zum Abtropfen des Bratfettes legen. Aus den Wachteleiern in einer Pfanne mit 1 EL Butter zu Spiegeleiern braten. Den Salat und Kerbelblättchen fein zupfen. Essig, 1 EL Olivenöl, 1 Prise Salz und Pfeffer vermischen und den Salat damit marinieren. Zum Anrichten das Tatar zu einem Taler formen oder zu Nocken abstechen und auf dem Teller platzieren. Die Röstzwiebeln und je ein Wachtelspiegelei darauf setzen und den marinierten Salat an die Seite setzen. Kapernäpfel anlegen. Das geröstete Baguette extra reichen oder auf dem Teller mitservieren.

Karlheinz Hauser Montag, 26. Juli 2010

## Rinder-Zunge mit Kardamom-Zwetschgen

### Für 2 Personen

1 Zwiebel	2 Nelken	1 Lorbeerblatt
1 geräucherte Rinderzunge	6 Pfefferkörner	Salz
500 g entsteinte Zwetschgen	1 Bio-Zitrone	1 TL Speisestärke
250 ml roter Portwein	1 EL Zucker	1 Zitronenschalen
Pfeffer	1/2 TL Kardamom	1 Sardelle, eingelegt
80 ml Weißwein	1 TL Apfelessig	3 EL Olivenöl

Die Zwiebel schälen und mit Nelken und einem Lorbeerblatt spicken. Die Zunge in einen Topf mit soviel Wasser geben, dass sie gerade bedeckt ist, einmal aufkochen, die gespickte Zwiebel und Pfefferkörner (kein Salz!) dazugeben und köcheln lassen. Nach einer halben Stunde das Wasser probieren, wirkt es versalzen noch etwas Wasser hinzugeben, ist es zu fad etwas Salz zugeben. Die Zunge ca. noch 1 – 1,5 Stunden kochen. Für den Gartest eine Fleischgabel an der dicksten Stelle tief einstecken, wenn sich diese ganz leicht herausziehen lässt, ist die Zunge gar. Die Zunge in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, die dicke Haut abziehen und lauwarm abkühlen lassen. Die Zwetschgen waschen, abtropfen lassen, halbieren und entkernen. Zitrone heiß abwaschen, trocknen und etwas Schale abreiben, dann halbieren und aus einer Hälfte den Saft auspressen. Stärke mit 1 EL Portwein vermischen. Portwein mit Zucker, Zitronenschale, Zitronensaft, etwas Pfeffer und Kardamom in einen Topf geben und aufkochen. Die aufgelöste Stärke einrühren, aufkochen und die Zwetschgen untermischen. Kurz kochen, den Topf vom Herd ziehen und etwas abkühlen lassen. Die Zunge in dünne Scheiben schneiden, fächerförmig auf den Tellern auslegen. Sardelle fein hacken und mit Weißwein, Essig und 3 EL Olivenöl gut vermischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Zungenscheiben mit dem Dressing beträufeln. Die Zwetschgen in die Tellermitte geben und servieren. Dazu passt Baguette.

Vincent Klink Mittwoch, 25. August 2010

## Rindfleisch-Salat mit Kräuter-Vinaigrette

### Für 4 Personen

1 Zwiebel	600 g Schulterblatt vom Rind	Salz
1 Bund Suppengemüse	8 Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt
50 g Sellerie	2 Möhren	10 Zuckerschoten
3 EL Balsamico-Essig	2 EL Sherry	Pfeffer und Zucker
8 EL Olivenöl	1 Frühlingszwiebel	1 Bund Kräutermischung

Die Zwiebel halbieren und die Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett dunkelbraun rösten. Das Fleisch in einen Topf mit Wasser geben, so dass es gerade mit Wasser bedeckt ist, aufkochen und salzen. Das Suppengemüse putzen bzw. schälen, in grobe Würfel schneiden, mit den Zwiebelhälften, Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt in den Topf geben und alles ca. 2 Stunden köcheln lassen. Das gegarte Fleisch herausnehmen, in Alufolie verpacken und ruhen lassen. Sellerie, Möhre und Zuckerschoten putzen bzw. schälen, in feine Streifen schneiden und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Für die Vinaigrette Essig und Sherry gut verrühren. Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker dazugeben und das Olivenöl unterrühren. Die Frühlingszwiebel waschen und in feine Ringe schneiden. Die Kräuter waschen, trocknen, fein hacken bzw. schneiden und mit den Frühlingszwiebeln unter das Dressing geben. Das Fleisch in Streifen schneiden, mit dem blanchierten Gemüse in eine Schüssel geben und das Dressing gut untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Salat auf Tellern anrichten. Dazu passt gut Schnittlauchbrot.

Vincent Klink Mittwoch, 20. August

## Rindfleisch-Tatar

### Für 2 Portionen

300 g Rindersteak	2 Scheiben Bauernbrot	1 Spitzkohl
Butter	50 g Bergkäse	getrocknete Chili
1 Zwiebel	2 Stiele Petersilie	

Butter in einer Pfanne erhitzen. Den Spitzkohl in feine Scheiben schneiden und in der Butter schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Rindfleisch waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Die Zwiebel abziehen, in Würfel schneiden und zusammen mit dem Rindfleisch in eine Schüssel geben. Getrocknete Chilis und Petersilie klein hacken und zu dem Fleisch geben. Das Brot mit in die Pfanne geben und anrösten. Anschließend das Tatar auf dem Brot verteilen, darüber den Spitzkohl geben und etwas Bergkäse darüber hobeln.

Steffen Henssler am 19. 09. 2011

# Roastbeef auf getrüffelten Linsen und Zucker-Schoten

## Für 4 Portionen

600 g Roastbeef	3 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
5 Zehen Knoblauch	50 ml Olivenöl	200 g Knollensellerie
200 g Karotten	1 Stange Lauch	400 g Beluga-Linsen
1 Schalotte	40 g Butter	2 EL Trüffelbutter
250 g Zuckerschoten	1 TL Zucker	50 ml Gemüsefond
0,5 Bund Schnittlauch	100 g Schmand	Sommertrüffel
1 TL Pfeffermischung	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Thymian und den Rosmarin abrausen und gut trocken schütteln. Die Blätter und Nadeln abzupfen und grob hacken. Anschließend die Knoblauchzehen ungeschält halbieren. Die Pfeffermischung im Mörser grob zerstoßen. Das Fleisch mit den Kräutern, dem Knoblauch, dem Pfeffer und dem Olivenöl marinieren und anschließend rundherum mit Salz würzen. Die Pfanne erhitzen und das Roastbeef darin von allen Seiten goldbraun und knusprig anbraten. Danach das Fleisch auf ein Backofengitter legen, mit den Kräutern aus der Pfanne bedecken und im Backofen, auf mittlerer Schiene, 40 Minuten garen. Eine Schale unter das Gitter stellen, um den abtropfenden Saft aufzufangen. Bei einer Kerntemperatur von 54-56 Grad ist das Roastbeef medium gebraten. Die Linsen knapp mit Wasser bedeckt bissfest kochen, anschließend abgießen und gut abtropfen lassen. Den Sellerie, die Karotten und eine halbe Stange Lauch putzen, schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Schalotte schälen und ebenfalls klein würfeln. 20 Gramm Butter in einer Pfanne schmelzen und die Schalotte und Gemüswürfel darin anschwitzen. Die Linsen zugeben, untermischen, das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und die Trüffelbutter unterrühren. Die Zuckerschoten waschen, schräg halbieren und in der restlichen Butter anschwitzen. Anschließend mit Zucker bestreuen und leicht karamellisieren lassen. Den Gemüsefond angießen und bei milder Hitze köcheln lassen. Die Zuckerschoten mit Salz und Pfeffer würzen. Das Roastbeef in dünne Scheiben schneiden. Die Linsen in tiefe Teller geben und die Roastbeefscheiben und Zuckerschoten darauf anrichten. Mit Schnittlauchröllchen und etwas Schmand garnieren. Zuletzt etwas Sommertrüffel darüber hobeln.

Johann Lafer am 13. August 2011

# Roastbeef auf Radieschen-Spargel mit Schnittlauch-Creme

## Für 4 Personen

2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	2 Zehen Knoblauch
0,5 TL Pfeffermischung	500 g Roastbeef	80 ml Olivenöl
50 g Butterschmalz	300 g Farfalle	500 g Spargel, weiß
2 Bund Radieschen	1 Zitrone, unbehandelt	20 ml Walnussöl
150 g Crème-fraîche	1 TL Senf, mild	1 Bund Schnittlauch
Salz	Pfeffer	Chili

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Thymian und Rosmarin abbrausen und gut trocken schütteln. Die Blätter beziehungsweise die Nadeln der Kräuter abzupfen und grob hacken. Die Knoblauchzehen ungeschält halbieren. Die Pfeffermischung im Mörser grob zerstoßen. Das Fleisch mit den Kräutern, dem Knoblauch, dem Pfeffer und 50 Millilitern Olivenöl in einen Gefrierbeutel geben. Fest verschließen und mindestens zwei Stunden an einem kühlen Ort marinieren. Dann das Fleisch aus dem Beutel nehmen und die Marinade beiseite legen. Das Roastbeef rundherum mit Salz würzen. Das Butterschmalz in einer entsprechend großen gusseisernen Pfanne erhitzen. Nun das Roastbeef darin von allen Seiten goldbraun und knusprig anbraten (das Anbraten dauert pro Seite zwei bis drei Minuten). Ein Backblech mit zwei Lagen Alufolie auslegen. Das Fleisch darauflegen und mit der Marinade und den Kräutern bedecken. Im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene je nach Dicke des Fleisches etwa 35 bis 45 Minuten garen. Bei einer Kerntemperatur von 54 bis 56 Grad ist das Roastbeef medium gebraten. (Tipp: Die

Temperatur lässt sich sehr einfach mit einem Fleischthermometer kontrollieren). Nach der Garzeit das Roastbeef fünf Minuten ruhen lassen. Die Farfalle in reichlich Salzwasser bissfest garen. Anschließend die Nudeln abgießen. Den Spargel schälen, die Enden zwei Zentimeter kürzen und die Stangen schräg in drei Zentimeter dicke Stücke schneiden. Die Radieschen putzen, waschen und halbieren. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse bei geschlossenem Deckel zwei bis drei Minuten weichgaren. Die Schale der Zitrone abreiben, den Saft pressen. Die Zitronenschale zusammen mit dem Walnussöl zugeben. Die Crème-fraîche mit Senf, Zitronensaft, Chili, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und untermischen. Anschließend die Schnittlauchcreme mit dem Spargelgemüse und den Farfalle-Nudeln vermengen. Das Ganze auf Tellern anrichten. Zuletzt das Roastbeef in Scheiben schneiden und auf dem Spargel-Gemüse servieren.

Johann Lafer am 30. Juli 2011

## Roastbeef mit gebratenem Radicchio und Polenta

### Für 4 Personen

700 g Roastbeef	Salz	2 EL Butterschmalz
1 Radicchio	1/2 Endivie	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl	175 ml Gemüsebrühe
175 ml Milch	Pfeffer	1 Lorbeerblatt
2 Zweige Thymian	150 g Polentagrieß	1/2 Bund Schnittlauch
1 EL Butter	1 EL brauner Zucker	

Den Backofen auf 140 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Das Roastbeef parieren und salzen. In einer ofenfesten Pfanne mit 2 EL Butterschmalz rundherum anbraten, dann in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 20 Minuten garen. Radicchio putzen, die groben Strünke ausschneiden, die Salatblätter waschen und gut abtropfen lassen. Endivie putzen, die Salatblätter in Streifen schneiden, waschen und gut abtropfen lassen. Schalotten schälen und fein schneiden. Knoblauch schälen und andrücken. In einem Topf eine Schalotte mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Mit Gemüsebrühe und Milch ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen, Lorbeerblatt und Thymianzweige zugeben. Wenn die Flüssigkeit kocht, den Polentagrieß einrieseln lassen und unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 7 Minuten köcheln lassen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Vor dem Servieren Lorbeerblatt und Thymianzweige entfernen. Schnittlauch und 1 EL Butter untermischen. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl eine fein geschnittene Zwiebel und die Knoblauchzehe anschwitzen, Radicchioblätter und Endivie zugeben und kurz anbraten. Mit braunem Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen, evtl. 1-2 EL Wasser untermischen. Den gebratenen Salat mit Salz abschmecken. Zum Anrichten das Roastbeef aufschneiden und mit gebratenem Radicchio und Polenta anrichten.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 02. Februar 2011

## Roastbeef mit Pfirsich-Salat

### Für 2 Personen

400 g Rindsrücken	Salz, Pfeffer	3 EL Olivenöl
1 Peperoni	Pfirsiche	1 EL Zucker
1 EL Preiselbeeren	1 TL Zitronensaft	grobes Meersalz

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten in einer Pfanne (mit hitzestabilem Griff) mit 2 EL Olivenöl rundum anbraten. Dann in den Ofen geben und ca. 20 Minuten weitergaren. Aus dem Ofen nehmen in Alufolie einpacken und auskühlen lassen. Für das Gemüse Peperoni halbieren, das Kerngehäuse entfernen und fein schneiden. Die Pfirsiche mit kochendem Wasser überbrühen, dann die Haut abziehen. Geschälte Pfirsiche in Spalten schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, mit Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Dann Preiselbeeren und Zitronensaft und die feingehackte Peperoni dazugeben und alles gut durchschwenken. Fleisch in dünne Scheiben aufschneiden, anrichten, mit etwas Olivenöl beträufeln und mit grobem Meersalz bestreuen. Pfirsichsalat dazu reichen.

Vincent Klink Donnerstag, 27. August 2009

## Roastbeef mit Remoulade

### Für 2 Portionen

300 g Rumpsteak	2 Schalotten	1 Zehe Knoblauch
2 Rosmarinzwige	2 Eier	3 Cornichons
1 TL Kapern	1 Anchovis	1/2 Bund Schnittlauch
250 ml Sonnenblumenöl	Olivenöl	1 TL Senf
Salz	Pfeffer	

Zunächst die Pfanne erhitzen. Das Rumpsteak mit Salz und Pfeffer würzen, Knoblauch halbieren und mit Öl und einem Rosmarinweig in die Pfanne geben. Dann das Fleisch ins heiße Öl legen und von beiden Seiten kurz anbraten. Für die Remoulade die Eier trennen, die Eigelbe behalten. Ein wenig Senf in die Schüssel geben und nach und nach Sonnenblumenöl dazugießen und dabei alles mit einem Schneebesen verrühren. Die Schalotten in dünne Scheiben schneiden. Danach die Cornichons in feine Stifte schneiden, die Kapern klein hacken, den Schnittlauch fein schneiden und eine Anchovis ebenfalls klein hacken. Alles in die Schüssel geben, umrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch mitsamt den Kräutern bei 100 Grad in den Ofen auf einen Rost legen. Etwa 10 Minuten garen. Das Roastbeef vor dem Aufschneiden 10 Minuten ruhen lassen.

Steffen Henssler am 05. 08. 2011

## Rosa Roastbeef mit Spitzkohl-Röllchen

### Für 4 Personen

800 g Roastbeef	100 ml Olivenöl	4 Zweige Thymian
5 Zweige Rosmarin	4 Zehen Knoblauch	1 Spitzkohl, ca. 500 g
10 Aprikosen, getrocknet	3 Scheiben Toastbrot	2 Schalotten
50 g Tomaten, in Öl	30 g Olivenpaste, schwarz	1 Zitrone
1 Ei	0,5 Bund Schnittlauch	Salz
Pfeffer		

Den Ofen auf 120 Grad vorheizen. 50 Milliliter des Olivenöls in einer Pfanne erhitzen. Das Roastbeef mit Salz und Pfeffer würzen und von allen Seiten kräftig anbraten. Zwei Rosmarin-, zwei Thymianzweige und drei Knoblauchzehen zugeben und alles auf einem mit Alufolie ausgelegtem Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen etwa 30 bis 45 Minuten garen. Anschließend zehn Minuten ruhen lassen. Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Den Spitzkohl putzen, den Strunk entfernen und acht große Blätter außen ablösen. Zwei bis drei Minuten in kochendem Wasser garen, in Eiswasser abschrecken und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Toastbrot in kleine Würfel schneiden. 30 Milliliter Olivenöl erhitzen. Die Schalotten und den restlichen Knoblauch abziehen, fein würfeln und anbraten. Die Brotwürfel zugeben und goldbraun rösten. Die Aprikosen in Streifen schneiden. Die eingelegten Tomaten abtropfen lassen, klein würfeln und mit der Olivenpaste und den Aprikosen unter das Brot mischen. Die Zitrone pressen und das Ei trennen. Den restlichen Thymian und Rosmarin abzupfen, fein hacken und mit dem Saft der halben Zitrone sowie dem Eigelb unter die Brotmischung rühren. Nun die Mischung auf die ausgebreiteten Spitzkohlblätter geben, aufrollen und mit Küchengarn fixieren. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem übrigen Olivenöl beträufeln und von beiden Seiten in einer Pfanne anbraten. Im Backofen 10 bis 15 Minuten fertig garen. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Abschließend vorsichtig das Küchengarn von den Spitzkohlröllchen entfernen. Das Roastbeef in Scheiben schneiden und auf eine Platte setzen. Die Spitzkohlröllchen dazu servieren und mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Johann Lafer am 25. September 2010

# Rosemary's Roastbeef mit jungem Gemüse

## Für 4 Personen

### Gemüse:

10 Baby-Zucchini	200 g Baby-Karotten	10 Frühlingszwiebeln
10 Cherrytomaten	1 EL Balsamico	1 Zitrone
Olivenöl	Zucker	Meersalz

### Roastbeef:

2 Bund Rosmarin	0,5 Bund Petersilie	2 Zehen Knoblauch
4 EL Paniermehl	1 Roastbeef, 1,8 kg	2 EL Butterschmalz
Olivenöl	Cognac	Butter
Pfeffer	Salz	

### Kartoffel-Püree:

800 g Kartoffeln, mehlig	300 ml Milch	0,5 Schote Vanille
150 g Butter	Salz	

### Gemüse:

Die Zucchini längs halbieren, mit den geputzten Karotten und Zwiebeln je circa drei Minuten blanchieren. In Eiswasser abkühlen. Etwas Olivenöl erhitzen, das Gemüse darin anbraten, bis es leicht Farbe bekommt. Die Cherrytomaten beigegeben. Mit Balsamico ablöschen. Mit einem Zestenreißer einige Zesten der geputzten Zitrone abreißen und mit einer Prise Zucker und Meersalz zu dem Gemüse geben. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

### Roastbeef:

Ein Bund Rosmarin und die Petersilie hacken. Mit Knoblauch, Paniermehl, dreiviertel Esslöffel Salz und Olivenöl mischen. Eine Tasche in das Roastbeef schneiden und mit einem Löffel ausweiten. Die Füllung hinein geben. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und im Butterschmalz mit dem restlichen Rosmarin und dem halbierten Knoblauch anbraten. Im vorgeheizten Backofen circa 30 Minuten zu Ende braten. Die Kerntemperatur sollte zwischen 50 und 60 Grad betragen. Unter der Folie zehn Minuten ruhen lassen. Inzwischen den Fond einkochen und mit einem Spritzer Cognac abschmecken. Etwas Butter einrühren. Roastbeef aufschneiden, mit Rosmarinzweigen, Jus und Gemüse anrichten.

### Kartoffel-Püree:

Die Kartoffeln garen. Milch mit Vanille und Butter zehn Minuten bei kleiner Hitze ziehen lassen. Kartoffeln trocknen und in die heiße Milch geben. Vanilleschote entfernen, stampfen und mit Salz abschmecken.

Andreas C. Studer am 27. August 2010

## Rostbeef mit schwarzen Bohnen

### Für 2 Personen

200 g Schwarze Bohnen	1 Zwiebel	70 g geräucherter Bauchspeck
3 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	2 Karotten
50 ml Gemüsebrühe	3 Stiele glatte Petersilie	300 g Rindslende

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann in einem Topf mit reichlich Wasser gut 2 Stunden kochen. Die Zwiebel schälen und fein schneiden, den Speck würfeln. Speck und Zwiebeln in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, die vorgekochten schwarzen Bohnen plus die Kochflüssigkeit zugeben und weiter kochen bis sie weich sind. Immer wieder mit Salz und Pfeffer abschmecken. Karotten schälen, feinblättrig schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Mit der Brühe ablöschen und weich garen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Petersilie fein hacken. Karotten abkühlen lassen und mit der gehackten Petersilie vermischen. Abschmecken mit Pfeffer und Salz. Die Grillfunktion des Backofens vorheizen. Das Fleisch mit Salz, Pfeffer und 1 EL Olivenöl einreiben und im Backofen von allen Seiten kross grillen. Dann den Ofen auf 100 Grad zurückdrehen und rosa weiter garen (ca. 10 Minuten). Kurz ruhen lassen und aufschneiden. Schwarze Bohnen und Fleisch anrichten. Den Karottensalat dazu reichen.

Otto Koch Freitag, 27. Februar 2009

## Rostbraten Esterhazy

### Für 4 Personen

4 Rostbratenscheiben a 180 g	Salz, Pfeffer	Öl
2 Zwiebeln	ca. 200 ml Rotwein	100 ml Rinderbrühe
20 g Paprikapulver (edelsüß)	70 g Karotten	70 g Sellerie
70 g Lauch	10 g Butter	1 TL Kapern
250 g Sauerrahm	1 Spritzer Zitronensaft	

Die Rostbratenscheiben am Rand einschneiden, plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen, in einem Bräter im heißen Fett auf beiden Seiten scharf anbraten und herausnehmen. Die Zwiebeln schälen, in feine Würfel schneiden und im Bräter anschwitzen. Die Fleischscheiben zugeben kurz anbraten, alles mit Rotwein ablöschen, mit Rinderbrühe auffüllen, mit Paprikapulver abschmecken und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160/ Gasherd: Stufe 2-3) ca. 20 Minuten weich schmoren. Karotten, Sellerie und Lauch waschen, schälen bzw. putzen und in feine Streifen (Julienne) schneiden. Die Gemüsejulienne in einer Pfanne mit etwas Butter anschwitzen bis sie gar sind. Die Kapern fein hacken. Das Fleisch aus dem Bräter nehmen, warmstellen und den Schmorfond mit Sauerrahm, Kapern, einem Spritzer Zitrone und Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rostbratenscheiben auf die Tellermitte legen, Gemüsejulienne darauf anrichten und mit der Soße umgießen. Dazu passen sehr gut Spätzle.

Karlheinz Hauser Montag, 22. September

## Rotes Curry mit Rindfleisch

### Für 4 Personen

300 g Rindfleisch (Lende)	100 g Strohpilze	100 g Bambussprossen
100 g Wasserkastanien	50 g Cashewkerne	4 Schalotten
1 Möhre	80 g Zuckerschoten	1/2 Bund Koriander
6 EL Pflanzenöl	1,5 EL rote Currypaste	250 ml Geflügelfond
500 ml Kokosmilch, ungesüßt	5 Limettenblätter	Salz, Zucker
3 EL Speisestärke	frische Wasabiwurzel	

Das Rindfleisch in feine Streifen schneiden. Strohpilze, Bambussprossen und Wasserkastanien abschütten und unter fließendem Wasser abwaschen. Strohpilze und Wasserkastanien halbieren. Cashew Kerne in einer Pfanne ohne Öl leicht rösten. Schalotten und Möhre schälen, Karotte grob würfeln, Möhre zunächst in dünne Streifen, dann in Rauten schneiden. Zuckerschoten waschen und ebenfalls in Rauten schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln und grob zupfen. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen und die Currypaste darin leicht anschwitzen. Mit dem Geflügelfond ablöschen und gut verrühren, so dass keine Klumpen mehr zu sehen sind. Kokosmilch angießen, Limonenblätter zugeben und 10 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Salz und Zucker abschmecken. Es sollte eine leichte Süße zu schmecken sein, darüber hinaus etwas kräftiger mit Salz würzen, da die Einlage viel davon annimmt. Stärke mit kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit abbinden. Schalotten in einer Pfanne mit 2 EL Öl anschwitzen, Möhren zugeben und leicht dünsten, Zuckerschoten und Pilze, Sprossen und Wasserkastanien zugeben und kurz schwenken. Das Rindfleisch in einer Pfanne mit 2 EL Öl kurz und scharf anbraten. Das Fleisch mit den Cashewkernen in die heiße Sauce geben, ebenfalls die komplette Gemüsepfanne zugeben und kurz ziehen lassen. Die Wasabiwurzel schälen und mit einer Reibe zu einer Paste reiben und diese in das Curry geben. Koriander zugeben und servieren. Dazu passt Basmatireis.

Karlheinz Hauser 31. Oktober 2011

## Rumpsteak auf gebratenem Fladenbrot

### Für 2 Portionen

1 Rumpsteak	1 EL Ajvar	¼ Fladenbrot
1 Zitrone	2 Zweige Petersilie	50 ml Sojasauce
20 ml Sesamöl	Olivenöl	1 EL Zucker

Einen Teil der Zitronenschale abschneiden. Das Rumpsteak waschen, trocken tupfen und in dünne, mundgerechte Scheiben schneiden. Diese in einen Frühstücksbeutel geben und dem Zucker, der Sojasauce, der Zitronenschale und der Petersilie hinzufügen. Wenn es beliebt, noch Sesamöl hinein träufeln. Nun den Beutel verschließen und das Ganze gut durchkneten. Anschließend die Rumpsteakscheiben für zehn Minuten im Beutel marinieren lassen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, das Fladenbrot in Scheiben schneiden. Diese dann in der Pfanne goldbraun anbraten. Zwischendurch wenden. Sobald die Brotscheiben eine goldbraune Farbe angenommen haben, aus der Pfanne nehmen. Das Rumpsteak mit der Ajvarpaste bestreichen und jeweils eine Scheibe auf ein Fladenbrot legen. Das Ganze auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 25. 10. 2011

## Rumpsteak Café-de-Paris

### Für 2 Personen

400 g Kartoffeln, fest	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Sardelle in Öl eingelegt	1 Zweig Majoran	1 Zweig Thymian
1 Zweig Estragon	1 EL Weißwein	1 Msp. Paprikapulver
1 Msp. Curry	1 TL gekörnte Bio-Gemüsebrühe	1 TL Zitronensaft
1 TL Cognac	1 TL Madeira	Pfeffer
1 Zweig glatte Petersilie	100 g Butter	Salz
2 Rumpsteaks a 180 g	2 EL Butterschmalz	

Die Kartoffeln kochen, pellen und auskühlen lassen. Schalotte und Knoblauch schälen und fein schneiden. Sardelle sehr fein hacken. Majoran, Thymian und Estragon fein hacken. Weißwein, Schalotte, Knoblauch, Sardelle, Kräuter, Paprikapulver und Curry in einen Topf geben und aufkochen. Dann abkühlen lassen und gekörnte Brühe, Zitronensaft, Cognac, Madeira und 1 Msp. Pfeffer untermischen. Petersilie abspülen, trocken schütteln, fein hacken und untermischen. Die Butter (bis auf 1 EL) schaumig rühren und unter die Würzmischung mischen, mit Salz abschmecken. Die Steaks mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten je ca. 5 Minuten braten, dann auf einen Teller geben und mit Alufolie abgedeckt ca. 5 Minuten kurz ruhen lassen. Die Kartoffeln in Spalten schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz knusprig braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Steaks kurz in der heißen Pfanne mit 1 EL Butter nachbraten, anrichten und die gewürzte fast flüssige Butter obenauf geben. Mit den Kartoffelspalten servieren.

Vincent Klink Mittwoch, 5. Mai 2010

# Rumpsteak mit Kapern-Zitronen-Haube und Rosmarin-Polenta

## Für 4 Personen

2 Zehen Knoblauch	1 EL Salzkapern	1 TL Zitronenthymianblätter
2 Zitronen, unbehandelt	60 ml Birnensaft	2 Schalotten
60 ml Sojasoße	2 EL Honig	1 EL Sesamkörner, weiß
2 EL Butterschmalz	4 Rumpsteaks, a 160 g	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 Knolle Knoblauch	3 Schalotten
1 EL Butter	80 g Polenta	250 ml Geflügelfond
50 ml Sahne	Salz	Pfeffer
Chili, aus der Gewürzmühle	Kerbel, für die Garnitur	

Den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Knoblauchzehen schälen und zusammen mit den Kapern fein hacken. Die Schale der Zitronen abreiben. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Rumpsteaks darin von beiden Seiten kurz anbraten. Auf ein Backblech mit Alufolie geben. Eine Schalotte fein würfeln. Den Bratansatz zusammen mit Schalotten, Honig und Sojasoße anschwitzen. Birnensaft, Senfkörner, Knoblauch, Zitronenabrieb und Kapern zugeben. Drei bis vier Minuten köcheln lassen und auf den Steaks verteilen. Im Backofen zehn bis 15 Minuten garen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und die Steaks circa fünf Minuten ruhen lassen. Für die Rosmarinpolenta eine Schalotte schälen und fein würfeln. Den Rosmarin von zwei Zweigen zupfen und fein hacken. Den Geflügelfond aufkochen und die Polenta zugeben. Rosmarin, die Thymianblätter und Salz hinzufügen, alles gut verrühren und aufkochen lassen. Bei geringer Hitze mit geschlossenem Deckel aufquellen lassen, dabei gelegentlich umrühren. Zum Schluss die Polenta mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sahne steif schlagen und zwei Esslöffel davon unterrühren. Die Polenta auf Teller geben, die Rumpsteaks in Streifen schneiden und auf der Polenta anrichten. Mit frischem Kerbel garnieren.

Johann Lafer am 20. September 2008

## Rumpsteak mit Kartoffel-Gratin

### Für 2 Personen

2 Rumpsteaks, á 200 g	400 g Kartoffeln, fest	140 g Parmesan
100g Sahne	40 g Kräuterbutter	2 Tomaten, groß
1 Muskatnuss	3 EL Butter	2 EL Olivenöl
2 Zehen Knoblauch	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit einem Esslöffel Butter ausfetten. Die Kartoffeln schälen, in feine Scheiben hobeln, in einer Auflaufform fächerförmig auslegen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sahne ebenfalls mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen und über die Kartoffeln geben. Den Parmesankäse reiben und 120 Gramm davon über die Kartoffeln geben. Ein paar Butterflöckchen auf dem Gratin verteilen und für rund 25 Minuten in den Ofen geben. Die Tomaten vom Strunk befreien und bis zur Hälfte kreuzweise einschneiden. In der Schnittstelle mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem restlichen Parmesan füllen. Anschließend für circa 15 Minuten mit in den Backofen geben. Die Rumpsteaks waschen, trocken tupfen, am Fettrand rundum kurz einschneiden auf beiden Seiten kräftig anbraten. Beim Wenden das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Den Thymian- und Rosmarinweig sowie die ungeschälten zerdrückten Knoblauchzehen mit in die Pfanne geben. Die Hitze reduzieren und die Steaks unter Wenden bis zum gewünschten Gargrad braten oder im Backofen bei circa 110 Grad fertig garen. Anschließend die Steaks kurz ruhen lassen und mit der Kräuterbutter, den Tomaten und dem Kartoffelgratin anrichten und servieren.

Horst Lichter am 25. September 2009

## Rumpsteak mit Kräuter-Soße und gefüllten Kartoffeln

### Für 4 Personen

4 Rumpsteaks, je 200 g	3 Lorbeerblätter	3 Zweige Rosmarin
2 EL Pflanzenöl	2 Eier	1 Bund Basilikum
1 Bund Petersilie, glatt	0,5 Bund Kerbel	100 g Gewürzgurken
2 Schalotten	5 Zehen Knoblauch	2 EL Kapern
50 ml Olivenöl	1 Zitrone	4 Kartoffeln, fest
4 EL Olivenöl	4 Blätter Salbei	4 Scheiben Frühstücksspeck
Meersalz	Salz	Pfeffer, schwarz

Die Kartoffeln am Vortag ungeschält in Salzwasser gar kochen. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. In die Kartoffeln mit Hilfe eines Apfelausstechers längs ein Loch durch die Mitte bohren. Den inneren Kern der Kartoffel beiseitelegen, da dieser zum Verschließen noch benötigt wird. Anschließend die Kartoffeln mit einer Gabel mehrmals einstechen und großzügig mit etwa 40 Millilitern Olivenöl und Meersalz einreiben. Eine Knoblauchzehe abziehen und in feine Scheiben schneiden. Die Zitrone reiben. Den Frühstücksspeck anschließend auf der Arbeitsfläche verteilen und jeweils mit einem Salbeiblatt und ein bis zwei Knoblauchscheiben belegen. Danach etwas geriebene Zitronenschale darüber geben. Die Speckscheiben klein aufrollen und in die Kartoffelöffnung schieben. Wenn notwendig den inneren Kartoffelkern stückchenweise zum Verschließen verwenden. Anschließend die Kartoffeln auf ein Blech legen und ungefähr für 25 bis 30 Minuten von allen Seiten knusprig braun im Ofen backen. Dabei immer wieder wenden. Die Eier hart kochen, pellen und fein hacken. Den Kerbel, die Petersilie und das Basilikum von den Stielen zupfen und die Blätter fein hacken. Drei Knoblauchzehen abziehen und zusammen mit den Kapern ebenfalls fein hacken. Die Schalotten und Gewürzgurken fein würfeln. Anschließend die Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit zwei Esslöffeln Zitronensaft sowie dem restlichen Olivenöl verrühren. Das Ganze mit Salz und Pfeffer herzhaft abschmecken. Die übrige Knoblauchzehe abziehen. Die Rumpsteaks von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Rumpsteaks gemeinsam mit den Rosmarinzweigen, dem Knoblauch sowie den Lorbeerblättern von jeder Seite vier Minuten, je nach gewünschtem Garpunkt, braten. Anschließend die Steaks in Alufolie wickeln und circa zwei Minuten ruhen lassen. Die Rumpsteaks mit der Kräutersauce und den Backofenkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Horst Lichter am 6. August 2011

# Rumpsteak-Tatar

Für 2 Portionen

300 g Rumpsteak	4 Austernpilze	50 g Fetakäse
$\frac{1}{4}$ Stange Lauch	2 Stiele Basilikum	1 El Balsamico
2 El Olivenöl	Salz	Pfeffer

Zunächst das Fett und die Sehnen des Rumpsteaks entfernen. Nun das Fleisch in feine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Austernpilze in mundgerechte Stücke schneiden und in der Pfanne anbraten. Den Lauch in Ringe schneiden und mit dem gewürfelten Fleisch vermischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen, Olivenöl, Balsamico dazugeben. Das Basilikum fein hacken und ebenfalls hinzufügen. Nun die Pfanne vom Herd nehmen und den Fetakäse darin anschmelzen. Das Tatar in Förmchen füllen und die Pilz-Fetakäse-Mischung darauf geben. Abschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Steffen Henssler am 26. 07. 2011

## Sülze vom weißen Spargel mit weißem Tomaten-Mousse

**Für 4 Personen**

**Für den Sülzfond:**

350 g Rinder-Wade, gewolft	Zucker	30 g Wurzelgemüse, gewürfelt
Salz	1 TL Senfkörner	1 Bund Suppenkräuter, gehackt
100 g Eiweiß	750 ml Landwein, weiß	1,5 l Rinderfond
1 Spritzer Essig	Pfeffer	50 g Aspikpulver

**Für die Terrine:**

1 kg weißer Spargel	Salz, Zucker	1 Spritzer Zitronensaft
4 Strauchtomaten	1 Bund Basilikum	

**Für das Tomatenmousse:**

1 kg reife Tomaten	1 Bund Basilikum	Gin
Meersalz, Salz und Zucker	ca. 8 Blatt Gelatine	Salz, Pfeffer
100 g Sahne		

Die gewolft Rinderwade mit den Gemüswürfeln, den Gewürzen und dem Eiweiß kalt vermengen und mit dem Weißwein und dem Rinderfond kalt auffüllen und ganz langsam bei schwacher Temperatur zum köcheln bringen. Dabei immer wieder die aufsteigenden Trübstoffe abschöpfen und ca. 2 Stunden bei mäßiger Hitze köcheln lassen. Dann den Fond durch ein feines Tuch passieren. Mit der Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Aspikpulver einrühren und kaltstellen. Den Spargel schälen. In mit Salz, Zucker und Zitronensaft gewürztem Wasser auf den Punkt kochen und anschließend erkalten lassen. Die Tomaten abziehen und in Filets schneiden. Eine Terrinen oder Kastenform mit Folie auslegen und auf Eis stellen. Abwechselnd den Spargel und die Tomaten einschichten und immer wieder mit dem Sülzenfond auffüllen. Die Sülze gut durchkühlen lassen. Die Tomaten mit dem Basilikum, dem Gin und den Gewürzen pürieren und die Masse in einem Passiertuch abtropfen lassen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und in warmen Wasser auflösen. Ca. 600 ml vom gewonnenen klaren Tomatenfond mit der aufgelösten Gelatine vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sahne halb steif schlagen und vorsichtig mit einem Schneebesen unterziehen. Ebenfalls kaltstellen. Die erkaltete Spargelsülze stürzen und in Scheiben schneiden, das Tomatenmousse in Nocken ausstechen. Sülze und jeweils 3 Nocken anrichten. Mit Blattsalat, Kirschtomaten und Basilikum garnieren.

Karlheinz Hauser Montag, 27. April 2009

## Sauerbraten rheinische Art mit Kartoffel-Knödeln

### Für 4 Personen

1 Bund Suppengrün	2 Zwiebeln	1 l Wasser
250 ml Rotweinessig	250 ml Rotwein	1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken	4 Wacholderbeeren	1,5 kg Schulterbraten vom Rind
Salz, Pfeffer	2 EL Sonnenblumenöl	1 Soßenlebkuchen
4 EL Rosinen	Für die Knödel	150 g Speck
1 kg mehligk. Kartoffeln	100 g Mehl	100 g Grieß
4 Eier	Salz, Pfeffer, Muskat	Mehl

Das Suppengrün waschen, putzen und klein schneiden. Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Wasser mit Essig, Rotwein, Suppengrün, Zwiebelscheiben, einem Lorbeerblatt, 2 Nelken, 4 zerstoßenen Wacholderbeeren aufkochen und etwas abkühlen lassen. Das Fleisch mit der lauwarmen Marinade begießen und ca. 2-3 Tage zugedeckt im Kühlen ziehen lassen. Den Backofen auf 160 Grad vorheizen. Das Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer ordentlich einreiben. 2 EL Öl in einer Kasserolle erhitzen, das Fleisch darin scharf von allen Seiten anbraten. Gemüse und Gewürze aus der Marinade zugeben und 1/3 der Marinade zugießen. Dann den Braten 3 Stunden im Backofen schmoren lassen. Dabei immer wieder mit Flüssigkeit aus der Kasserolle beträufeln. Die Rosinen in etwas Marinade einweichen. Nach Ende der Garzeit das Fleisch herausnehmen, in Alufolie wickeln und 15 Minuten ruhen lassen. Den Bratenfond durch ein Sieb passieren und den Lebkuchen einreiben. Die Soße etwas reduzieren lassen. Rosinen darin erwärmen. Die Soße kräftig abschmecken, das Fleisch in Scheiben schneiden und mit Soße und Knödeln anrichten. Für die Knödel den Speck in einen Topf geben und auslassen, Grieben entfernen. Die Kartoffeln kochen, pellen und dann gleich durch die „Flotte Lotte“ treiben. Kartoffeln mit ausgelassenem Speck, Mehl, Grieß und Eiern zu einem geschmeidigen Teig kneten, diesen mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und etwas abkühlen lassen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Mit bemehlten Händen aus dem Teig Knödel formen und diese ca. 15 Minuten im Salzwasser gar ziehen.

NN 15. Oktober 2010

## Sauerkraut-Roulade vom Rind

### Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 TL Butter	150 ml Weißwein
100 g Sauerkraut	1 Lorbeerblatt	5 Wacholderbeeren, zerdrückt
1 Nelke	1/2 TL Kümmel, feingehackt	2 Pimentkörner, zerdrückt
1 TL Zucker	2 Rinderschnitzel (Hochrippe)	Salz, Pfeffer
1 EL scharfer Senf	3 Schalotten	50 g Speck, durchwachsen
1 Bd Suppengemüse	1 TL Butterschmalz	150 ml Rotwein
150 ml Brühe	1/4 Bund Petersilie	1 TL Mehlbutter

Für das Sauerkraut die Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden und mit der Butter in einem Topf kurz anschwitzen. Mit Weißwein auffüllen, das Sauerkraut ausdrücken und mit den Gewürzen und dem Zucker in den Topf geben. Bei geschlossenem Deckel circa 20 Minuten bei mittlerer Hitze dünsten, zum Schluss noch mal kräftig erhitzen und die Flüssigkeit einkochen lassen. Das Sauerkraut kann auch gut vorbereitet werden. Die Rinderschnitzel in einem Gefrierbeutel so dünn wie möglich plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen und auf einer Seite mit Senf bestreichen. 1 Schalotte schälen und würfeln, den Speck ebenfalls in feine Würfel schneiden, beides miteinander vermengen und auf dem Fleisch verteilen. Das Sauerkraut ebenfalls darauf verteilen, das Fleisch aufrollen und eventuell mit einem Zahnstocher fixieren. Die restlichen Schalotten und das Suppengemüse schälen und würfeln. Die Rouladen in einem Topf mit Butterschmalz von allen Seiten anbraten, Schalotten und Suppengemüse dazugeben und andünsten. Mit etwas Rotwein ablöschen, einkochen lassen und dann den restlichen Wein und etwas Brühe zugeben, so dass der Topfboden mit einem Zentimeter Flüssigkeit bedeckt ist. Die Rouladen mit geschlossenem Deckel bei geringer Hitze circa 15 Minuten schmoren lassen und dabei immer wieder mit etwas Brühe ablöschen. Die fertig gegarten Rouladen herausnehmen, die Soße durch ein Sieb passieren, zum Andicken etwas Mehlbutter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit feingehackter Petersilie garniert servieren. Dazu passt gut Kartoffel-Püree.

Vincent Klink Mittwoch, 9. Januar 2008

## Schaschlik-Spieße von Rinder-Hüfte

### Für 4 Personen

2 kg Rindshüfte	200 g durchwachsener Speck	10 dicke Kräuterseitlinge
grobes Meersalz	Pfeffer	4 El Olivenöl
2 El Zitronensaft	4 Lorbeerzweige	

Rindfleisch in 10 ca. 5 cm große, 200 g schwere Stücke schneiden. Speck in 10 ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Fleischwürfel, Kräuterseitlinge und Speck abwechselnd auf 2 große, doppelte Metallspieße stecken. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Olivenöl und Zitronensaft beträufeln. Auf dem heißen Grill 10 bis 12 Minuten mit Lorbeerzweigen von allen Seiten grillen. Mit der gegrillten Melone servieren.

Tim Mälzer am 26. 06. 2010

# Spareribs

## Für 4 Personen

3 kg geräucherte Rinderrippen	Salz	3 durchgepresste Knoblauchzehen
3 El Sojasoße	2 El Rotweinessig	2-3 El Honig
200 ml Ketchup	2 El grober Senf	3 Tl Cayennepfeffer
1 Tl edelsüßes Paprikapulver		

Rinderrippen mit Salz und 4 l Wasser in einen Topf geben und 2 Std. kochen. Die übrigen Zutaten in einer Schüssel verrühren. Rippen auf ein Backblech oder in einen flachen Bräter geben und mit der Hälfte der Soße bestreichen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad auf der unteren Schiene ca. 30-40 Minuten braten (Umluft nicht empfehlenswert). Nach 15 Minuten erneut mit etwas Soße bestreichen. Die Rippen aus dem Ofen nehmen und kurz vor dem Servieren nochmals mit Soße bestreichen.

Tim Mälzer am 14. 11. 2009)

# Steak-Röllchen mit Kartoffel-Schiffchen

## Für 4 Personen

### Grie-Soß:

1 Bund Petersilie	1 Bund Schnittlauch	1 Bund Kerbel
1 Bund Borretsch	1 Bund Zitronenmelisse	1 Bund Sauerampfer
1 Bund Kresse	4 Eier	300 g Crème-fraîche
1 Becher Joghurt	4 EL Öl	1 EL Senf, mittelscharf
1 TL Meerrettich	1 Zitrone, unbehandelt	Cayennepfeffer
Salz	Pfeffer	Zucker

### Kartoffelschiffchen:

4 Kartoffeln, mehlig	2 EL Butter, flüssig	2 – 3 Zweige Rosmarin
Öl	Salz	

### Steakröllchen mit Bacon:

4 Rumpsteaks	8 Scheiben Frühstücksspeck	Senf, Rôtisseur
Kräutersenf	Salz	Pfeffer
Pflanzenöl	Holzspießchen	Safran-Fäden

### Grie Soß:

Drei Eier circa neun Minuten kochen. Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Borretsch, Pimpinelle, Sauerampfer und Kresse waschen, trocknen und fein wiegen. Rohes Eigelb mit Öl und Senf zu einer leichten Mayonnaise rühren. Crème-fraîche, Joghurt und die Kräuter unterheben. Die gekochten Eier fein würfeln und locker unter die Soße ziehen. Die Schale der Zitrone abreiben. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und dem Meerrettich abschmecken. Eventuell mit einer Prise Cayennepfeffer und dem Zitronenabrieb abrunden und bis zum Servieren kühl stellen.

Den Backofen auf 230 Grad vorwärmen.

### Kartoffelschiffchen:

Kartoffeln schälen, halbieren und mit einem Melonenkugelformer leicht aushöhlen, sodass eine kleine Mulde entsteht. Die Kartoffeln auf ein geöltes Backblech setzen, mit der flüssigen Butter einpinseln, salzen und einige Rosmarinnadeln locker dazwischen verteilen. Circa 40 bis 45 Minuten im Backofen kross braten lassen. Es soll ein leicht brauner Rand entstehen und die Kartoffeln müssen innen gar sein.

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorwärmen.

### Steakröllchen mit Bacon:

Eine Pfanne mit Pflanzenöl in dem Backofen erhitzen. Fleisch plattieren und dünn mit den beiden Senfsorten bestreichen, pfeffern, leicht salzen und mit je einer Scheibe Frühstücksspeck belegen. Das Fleisch von der Breitseite her zum Fettrand hin aufrollen, mit einer Speckscheibe außen umwickeln und alles mit den eingeölten Spießen fixieren. In dem erhitzten Pflanzenfett rundum circa sieben Minuten kross braten. Die Röllchen nun für circa zehn bis 15 Minuten im vorgeheizten Backofen ruhen lassen. Eine längliche Porzellanplatte vorwärmen. Die Kartoffelschiffchen längs darauf aufreihen und mit der „Grie Soß“ füllen. Parallel dazu die aufgeschnittenen Steakröllchen senkrecht anrichten und mit einigen Restkräutern bestreuen. Teller mit Safran-Fäden garnieren.

Alexander Herrmann / Becker am 28. November 2008

# Steak-Sandwich mit Chili und hausgemachter Kräuter-Butter

## Für 2 Personen

2 Rumpsteaks, a 150 g	0,5 Ciabatta	2 Tomaten
1 Zwiebel	1 TL japan. Chilipfeffer	1 Zitrone, unbehandelt
200 ml Olivenöl	100 ml Rapsöl	200 ml Teriyaki-Soße
250 g Butter	1 Bund Rosmarin	1 Bund Petersilie
1 Bund Koriander	1 Bund Majoran	Salz
Pfeffer, schwarz		

Das Brot aufschneiden und zwei Stücke mit Olivenöl reichlich einstreichen. Anschließend mit dem japanischen Chilipfeffer würzen. Nun auf der weißen Seite knusprig in einer Grillpfanne braten. Rosmarin, Petersilie, Koriander und Majoran zupfen und fein hacken. Die Butter mit diesen Kräutern vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zitrone halbieren und auspressen und die Kräuterbutter mit dem Saft verrühren. Die Steaks waschen, trocken tupfen und plattieren. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne mit Rapsöl erhitzen und die Steaks von beiden Seiten etwa zwei Minuten grillen. Das restliche Olivenöl erhitzen. Die Zwiebel abziehen und die Tomaten vom Strunk befreien. Die Tomaten und die Zwiebel in dünne Scheiben schneiden, mit der Teriyaki-Soße glacieren und ebenfalls circa eine Minute von jeder Seite braten. Die Brotscheiben großzügig mit der Kräuterbutter bestreichen und mit Tomatenscheiben, Steak und Zwiebeln belegen.

Steffen Henssler am 05. Februar 2010

## Sushi-Rolle vom Rinder-Filet

### Für 2 Personen

200 g Rinderfilet	1 Gurke	1 Frühlingszwiebel
1 Avocado	2 Stangen Spargel, grün	1 Zitrone, unbehandelt
2 EL Sesam	150 ml Hoisinsoße	100 ml Sojasoße

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. Die Filetscheiben mit etwas Öl beträufeln und zwischen Klarsichtfolie hauchdünn plattieren. Die Gurke schälen und das Avocadofleisch auslösen. Den Frühlingslauch abziehen. Das ganze Gemüse in feine Julienne schneiden. Den Spargel von dem unteren Drittel befreien und kurz blanchieren. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Die Gemüse-Julienne und die Spargelstangen auf dem Fleisch platzieren und zu Sushirollen drehen. Die Rollen in gleich große Stücke schneiden. Die Sojasoße und die Hoisinsoße vermengen. Die Zitrone in Spalten schneiden. Abschließend die Rolle mit Sesam bestreuen, mit Zitrone garnieren und mit der Soße servieren.

Steffen Henssler am 20. November 2009

# Tafelspitz mit Meerrettich und Rote Bete Carpaccio

**Für 6 Personen**

**Für den Tafelspitz:**

1,5 kg Rindertafelspitz	1 kg Knochen	1 EL Meersalz
10 Pfefferkörner	4 Wacholderbeeren	1/2 TL Senfkörner
1 Zwiebel	200 g Wurzelgemüse	

**Für die Meerrettichkruste:**

160 g Butter	200 g Semmelbrösel, fein	4 EL Meerrettich
2 EL Senf	Salz, Pfeffer	1 Spritzer Zitronensaft

**Für das Rote-Bete Carpaccio:**

500 g Rote-Bete	50 ml Apfelessig	1 Lorbeerblatt
1 Nelke	1/2 TL Senfkörner	30 g Kristallzucker
1/2 TL Kümmel	Salz	

Für den Tafelspitz:

Fleisch und Knochen unter kaltem Wasser waschen. Drei Liter Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Tafelspitz, Knochen und Gewürze in das Wasser geben und ca. 3-4 Stunden schwach wallend kochen. Den entstehenden Schaum ständig dabei abschöpfen. Die Zwiebel halbieren und an der Schnittfläche in einer Pfanne braun rösten. Das Wurzelgemüse putzen und in Stücke schneiden. Zwiebel und Gemüse eine Stunde vor Garende in die Brühe geben und langsam köcheln lassen. Für die Meerrettichkruste:

Für die Meerrettichkruste sollte die Butter Zimmertemperatur haben. Die Butter mit den Semmelbröseln, dem Meerrettich und dem Senf in einer Küchenmaschine schaumig schlagen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitrone abschmecken. Zwischen zwei Blättern Backpapier ausrollen und kalt stellen. Für das Rote Bete Carpaccio:

Rote Bete gründlich waschen. In einen Topf legen, Apfelessig und Gewürze zugeben, mit Wasser bedecken und langsam gar kochen. Die Rote Bete auskühlen lassen und auf der Aufschnittmaschine dünn und gleichmäßig aufschneiden. Auf jeden Teller die dünn aufgeschnittenen Rote Bete Scheiben rund anrichten. Den Tafelspitz aus dem heißen Fond nehmen, die Meerrettichkruste auf das Fleisch legen und unter dem Grill gratinieren. Dann das Fleisch in Scheiben aufschneiden und auf dem Carpaccio anrichten.

Karlheinz Hauser 14. November 2011

## Tafelspitz mit Meerrettich-Soße

### Für 2 Personen

500 g Fleischknochen	1 TL Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt
500 g Tafelspitz	1 Zwiebel	1 Bund Suppengemüse
2 Knoblauchzehen	Salz	50 g Butter
50 g Mehl	100 ml Sahne	ca. 50 g frische Meerrettich
Zucker	1 Spritzer Zitronensaft	1 Bund Schnittlauch

Die Fleischknochen abwaschen und in einen Topf mit 3 l kochendem Wasser geben, einmal alles kurz aufkochen. Dann das Wasser abgießen und die Knochen mit kaltem Wasser aufsetzen. Pfefferkörner und Lorbeerblatt zugeben und zum Kochen bringen. Das Fleisch abspülen und in die kochende Brühe geben, ca. 2 Stunden leicht köcheln. Dabei immer wieder den entstehenden Schaum abschöpfen. Die ungeschälte Zwiebel halbieren und auf den Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett dunkel rösten. Suppengemüse putzen und grob würfeln, Knoblauch schälen. Nach zwei Stunden die Brühe leicht salzen, Zwiebel, Suppengemüse und Knoblauch zugeben und weitere 30 Minuten köcheln lassen. Für die Meerrettichsoße Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl zugeben und leicht anschwitzen. 1/2 l Brühe abpassieren und das Mehl damit ablöschen, alles glatt rühren und ca. 10 Minuten leicht köcheln. Sahne untermischen, einmal aufkochen. Meerrettich schälen und in die Soße reiben, mit Salz, Zucker und Zitronensaft die Soße abschmecken. Schnittlauch fein schneiden. Den Tafelspitz aus der Brühe nehmen und quer zur Faser aufschneiden. Fleisch anrichten, mit der Soße überziehen und mit Schnittlauch bestreuen. Dazu passen sehr gut Salzkartoffeln.

NN 17. Oktober 2010

## Tafelspitz-Röllchen mit Dijon-Senf und Gemüse-Streifen

### Für 2 Personen

50 g Karotte	50 g Sellerie	50 g Lauch
180 g gekochter Rindertafelspitz	1 EL körniger Dijon-Senf	2 EL Fleischbrühe
1/2 TL scharfer Senf	1 TL weißer Balsamico-Essig	Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker	2 EL Traubenkernöl	3 Stiele glatte Petersilie
3 Stiele Estragon	2 Radieschen	1 Kopf grüner Salat
50 g Rucola	1 EL Butter	50 g Sprossen

Das Gemüseputzen, in feine Streifen schneiden und im kochenden Wasser kurz blanchieren, abschütten und abtropfen lassen. Den Tafelspitz in dünne Scheiben schneiden, nebeneinander legen und dünn mit dem Körnersenf bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Gemüsestreifen auf die Tafelspitzscheiben verteilen, quer zur Faser des Fleisches und zu Röllchen zusammenrollen und beiseite stellen. Die Brühe mit dem Senf und dem Balsamico verrühren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen, dann das Traubenkernöl mit einem Schneebesen einrühren. Die Kräuter fein hacken, die Radieschen in Scheiben schneiden, zur Vinaigrette geben und nochmals abschmecken. Den Kopfsalat von den grünen Blättern befreien, vorsichtig waschen und trocken tupfen dann den Kopf in sechs Teile schneiden. Rucola waschen und trocken tupfen. In einer Pfanne die Butter aufschäumen. Die Tafelspitzröllchen hineingeben und für einige Sekunden darin wenden, so das sie lauwarm sind. Wer es lieber „kross“ mag, bestäubt die Röllchen ganz leicht mit Mehl und brät die Röllchen etwas kräftiger, so das eine Kruste entsteht. Die Tafelspitzröllchen mit dem Salat und den Sprossen anrichten und mit der Vinaigrette napieren.

Iris Bettinger Freitag, 24. April 2009

## Tafelspitz-Teller-Sülze

### Für 2 Personen

600 g Tafelspitz	300 g Rindfleischknochen	1/2 TL weiße Pfefferkörner
Meersalz	1 Bund Suppengemüse	6 Blatt Gelatine
Pfeffer	1 Tomate	1 Ei, hartgekocht
1 Essiggurke		

Für den Tafelspitz das Fleisch und die Knochen waschen. In einen Topf die Knochen und Pfefferkörner geben und mit ca. 2 l kaltem Wasser auffüllen. Aufkochen lassen, leicht salzen und den Tafelspitz in die kochende Flüssigkeit geben. Dann die Hitze reduzieren, sodass die Brühe nur noch simmert, also ganz leicht kocht. Den Tafelspitz ca. 1,5 – 2 Stunden zugedeckt garen. Währenddessen die Brühe immer wieder abschäumen. Das Suppengemüse putzen, waschen bzw. schälen und zerkleinern. Suppengemüse nach einer Stunde zum Fleisch geben und mitköcheln lassen. Den gekochten Tafelspitz aus der Brühe nehmen und etwas ruhen lassen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 500 ml der Tafelspitzbrühe durch ein Sieb passieren. In einem Topf erwärmen und die eingeweichte, ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Die Brühe abschmecken eine Bodendecke in zwei Suppenteller gießen und etwas anziehen lassen. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und in die Sulzbrühe einlegen. Mit Salz und Pfeffer würzen, wiederum mit etwas Sulzbrühe bedecken und anziehen lassen. In der Zwischenzeit die Tomate, das gekochte Ei und die Essiggurke in dünne Scheiben schneiden. Die nächste Schicht besteht aus Tomaten-, Ei- und Gurkenscheiben. Diese dann wieder mit Sulzbrühe bedecken und in den Kühlschrank stellen. am besten über Nacht fest werden lassen. Serviert wird die Teller-Sülze sehr kalt aus dem Kühlschrank, dazu passen gut Bratkartoffeln

Vincent Klink Donnerstag, 8. Juli 2010

## Tagliata vom Roastbeef

### Für 2–4 Personen

600 g Roastbeef am Stück	2 El Olivenöl	Salz
Pfeffer	50 g Pecorino	

Fleisch von allen Seiten mit Olivenöl einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Grillpfanne sehr heiß werden lassen. Das Fleisch darin bei starker Hitze von allen Seiten scharf anbraten. Im heißen Ofen bei 140 Grad (Umluft 120 Grad) auf der 2. Schiene von unten 15 Min. garen. Anschließend 5 Min. ruhen lassen. Pecorino in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Fleisch in dünne Scheiben schneiden und mit Walnuss-Pesto und Pecorino bestreut servieren.

Tim Mälzer am 18. 09. 2010

# Thüringer Klöße mit Rouladen

## Für 4 Personen

### Für die Rouladen:

2 Scheiben Frühstücksspeck	2 kleine Zwiebeln	4 Gewürzgurken
4 Rinderrouladen (a 180 g)	Salz, Pfeffer	4 TL Senf
1 Bund Suppengemüse	4 EL Speiseöl	1/4 l Rotwein
1/4 l Rinderbrühe	1 Lorbeerblatt	4 Pimentkörner

### Für die Klöße:

1 1/2 kg mehlig. Kartoffeln	1 EL Essig	Salz
1 Brötchen	1 – 2 EL Butter	

Für die Rouladen:

Die Speckscheiben quer halbieren. Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Die Gurken längs vierteln. Die Rouladen mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Senf bestreichen. Mit Speck, Zwiebeln und Gurken belegen. Die Rouladen von der schmalen Seite her fest aufrollen und die Enden mit Holzspießchen feststecken. Das Suppengemüse putzen und waschen bzw. schälen und in Stücke schneiden. Die Rouladen in einer Pfanne im Öl rundum anbraten, herausnehmen. Das Gemüse im Bratfett anbraten. Mit Wein und Brühe ablöschen. Die Rouladen, Lorbeerblatt und Pimentkörner dazugeben. Alles zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 1 1/2 Stunden garen. Für die Klöße Kartoffeln schälen und waschen. Etwa zwei Drittel der Kartoffeln fein reiben. Den Essig mit 5 EL warmem Wasser mischen, über die geraspelten Kartoffeln geben und einmal umrühren. Ein Sieb mit einem Küchentuch auslegen, die Kartoffeln hineingeben und fest ausdrücken, dabei den Kartoffelsaft auffangen. Die übrigen Kartoffeln klein schneiden, in einem Topf mit etwa 350 ml Wasser knapp bedecken, 1/2 TL Salz dazugeben. Zugedeckt etwa 20 Minuten weich garen. Das Brötchen in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Brötchenwürfel darin goldbraun braten. Die gegarten Kartoffeln im Topf mit dem Kochwasser zu einem etwas dünneren, klumpchenfreien Brei stampfen.

Für die Klöße:

Die rohen Kartoffeln in einer Schüssel auflockern und mit 1 TL Salz würzen. Den Kartoffelsaft vorsichtig abgießen, dabei die Stärke am Boden zurückbehalten und zu den rohen Kartoffeln geben. Den Kartoffelbrei unter Rühren blubbernd aufkochen. Den sehr heißen Brei mit dem Kochlöffel unter die geriebenen Kartoffeln schlagen, so werden die rohen Kartoffeln vom Brei erwärmt (■gebrüht■). Aus der Masse mit angefeuchteten Händen etwa 8 Klöße formen, dabei jeweils 3 bis 4 Brötchenwürfel in die Mitte geben. In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Klöße darin bei sehr schwacher Hitze 15 bis 20 Minuten gar ziehen lassen. Die Rouladen aus der Sauce nehmen, warm halten. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf passieren, nach Belieben etwas einkochen oder leicht binden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Klöße aus dem Wasser nehmen und mit den Rouladen und der Sauce anrichten.

Jörg Sackmann 22. November 2011

## Tim Mälzers Silvester-Fondue

### Für 12 Personen

800 g Rinderfilet	400 g Zanderfilet	400 g Wolfsbarschfilet
500 g Tofu	12 kleine Garnelen	400 Eiernudeln
200 g Thai-Spargel	200 g Baby-Spinat	12 kleine Pak-Choi (a 30 g)
400 g gemischte Pilze	200 g Sojasprossen	200 g Zuckerschoten
12 Blätter Chinakohl	2 Bund Frühlingszwiebeln	400 g Broccoli
200 g Baby-Maiskolben	300 g Chinakohl	2 Bund Koriandergrün
rote Chilischoten	2-3 l Asia-Geflügelfond	

Rinderfilet in ca. 4 mm dünne Scheiben schneiden. Zander- und Wolfsbarschfilet in 2-3 mm dünne Scheiben schneiden. Tofu in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Fleisch, Fisch, Garnelen und Tofu auf Platten anrichten. Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen, abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Gemüse putzen, waschen und sehr gut abtropfen lassen. Alles in großen Schalen dekorativ anrichten. Mit den 3 Soßen servieren.

Zubereitungstipp:

Die Brühe aufkochen und in einen Fonduetopf oder Wok füllen. Dann soll die Brühe nur noch leise simmern. Die Zutaten in Fonduesiebe geben und in der Brühe garen (wer es beherrscht, kann auch mit Stäbchen direkt aus dem Wok essen). Traditionell gart man zuerst Fleisch und Fisch. Die Garzeit von Fleisch, Fisch und Gemüse ist davon abhängig, wie dick es geschnitten ist und wie durch oder roh Sie es mögen. Dann kommen Gemüse und Nudeln in den Topf. Die Brühe sollte am Anfang nicht zu stark gesalzen sein, da sie mit der Zeit einkocht und immer würziger wird. Gegebenenfalls mit etwas Wasser verdünnen. Sie sollte allerdings niemals richtig sprudelnd kochen, sondern nur leise simmern.

Tim Mälzer am 31. 12. 2009

## Tomaten-Pfirsich-Salat mit Tatar

### Für 2 Personen

2 Pfirsiche	1 Fleischtomate	1 EL Schnittlauch
1 EL Pimpinelle	1 EL Petersilie	1 EL Estragon
7 EL Olivenöl	1 Zitrone	Salz, Pfeffer
Zucker	150 g Rinderfilet	1 Msp. Cayennepfeffer
Meersalz, schwarzer, grober Pfeffer		

Die Pfirsiche kurz in einen Topf mit kochendem Wasser geben und dann die Haut abziehen. Pfirsiche entkernen und in Stücke schneiden. Die Tomate halbieren, entkernen, in feine Stücke schneiden und mit den Pfirsichen vermengen. Die Kräuter waschen, trocknen, fein hacken und mit 3 EL Olivenöl und Zitronensaft verrühren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken und die Vinaigrette über den Tomaten-Pfirsich-Salat geben. Für das Tatar das Fleisch erst in dünne Scheiben, dann in Streifen und in sehr feine Würfel schneiden. Zum Schluss fein verhacken. Das gehackte Fleisch mit ca. 4 EL Olivenöl und den Gewürzen anmachen.

Vincent Klink Mittwoch, 16. Juli 2008

## Vogtländischer Sauerbraten mit Pfeffer-Kuchen

### Für 4 Personen

2-3 große Zwiebeln                      1/4 l Weinessig                      8 schwarze Pfefferkörner  
1 Lorbeerblatt

### Für den Sauerbraten:

1 kg Rinderschmorbraten    2 Möhren                      200 g Knollensellerie  
4 EL Butterschmalz            1 EL Tomatenmark    Salz  
1 Prise Zucker                      80 g Pfefferkuchen    Pfeffer  
1/2 Bund Petersilie

Für die Marinade:

2 bis 3 Tage zuvor die Zwiebeln schälen und achteln. In einem großen Topf 1 l Wasser mit den Zwiebeln, dem Essig, den Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt aufkochen und etwas abkühlen lassen. Das Fleisch in die Marinade legen und 2 bis 3 Tage im Kühlschrank ziehen lassen, das Bratenstück dabei gelegentlich wenden.

Für den Sauerbraten:

Die Möhren und den Sellerie putzen, schälen und klein würfeln. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und trocken tupfen. In einem Bräter das Butterschmalz erhitzen und das Fleisch darin rundum anbraten. Die Marinade durch ein Sieb in eine Schüssel gießen, die Hälfte der Zwiebeln beiseitelegen. Das Tomatenmark zum Fleisch geben und kurz mitrösten. Die Möhren, den Sellerie und die beiseitegelegten Zwiebeln hinzufügen und 1 Minute mitdünsten. Den Braten mit der Marinade ablöschen, mit Salz und 1 Prise Zucker würzen und zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 2 Stunden weich schmoren. Den Sauerbraten aus der Sauce nehmen und warm halten. Die Sauce mit dem Pfefferkuchen binden, kurz aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Durch ein Sieb in einen Topf passieren und dabei das Gemüse gut ausdrücken. Das Fleisch aufschneiden und mit der Sauce servieren. Mit Petersilie garnieren. Dazu passen Apfelrotkohl und ■griene Kließ■ (grüne Klöße).

Karlheinz Hauser 21. November 2011

## Wagyu-Filet mit Champignons

### Für 4 Personen

3 Zehen Knoblauch	200 g Schalotten	600 g Champignons, braun
2 Schoten Chili	400 g Wagyu-Filet	100 ml Olivenöl
2 Limetten	1 TL Zucker	1 – 2 EL Sojasoße
2 EL Nussbutter	Koriander, frisch	Frühlingslauch
Chili	Pfeffer, schwarz	Meersalz

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen. Zwei Zehen Knoblauch und die Schalotten schälen und in Scheiben schneiden. Die Champignons putzen und in dünne Scheiben, die Chilischoten in Ringe schneiden. Das Rinderfilet mit Salz würzen und in einer großen Pfanne in 20 Milliliter Olivenöl von allen Seiten circa zwei Minuten anbraten. Es soll innen noch blutig sein. Im vorgeheizten Backofen kurz ziehen lassen. Im Bratfett weitere 20 Milliliter Olivenöl erhitzen. Die Schalotten darin anbraten. Die Champignons zugeben und alles circa fünf Minuten braten. Knoblauch und Chili zugeben. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und weitere zehn Minuten schmoren. Eine Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Koriander und Frühlingslauch putzen und ebenfalls klein schneiden. Den Saft der Limetten auspressen und mit Zucker, Sojasoße, Nussbutter, Chili, Knoblauch, Koriander, Frühlingslauch und dem restlichen Olivenöl zu einer Marinade verrühren, würzen. Das Rinderfilet in Scheiben schneiden und auf einer Platte anrichten. Die Pilzmischung darauf verteilen, mit der Marinade beträufeln und servieren.

Tim Mälzer am 16. September 2011

## Westfälischer Pfeffer-Potthast

### Für 2 Personen

400 g Rindshüfte	200 g Graubrot	400 g Zwiebeln
1 EL Butterschmalz	400 ml Fleischbrühe	1 Msp. abgeriebene Zitronenschale
1 Lorbeerblatt	1 EL grober schwarzer Pfeffer	1 Msp. Piment
1 Msp. Nelke	1 Msp. Ingwerpulver	1 Msp. Macis
300 g Kartoffeln	Salz	

Das Fleisch in dünne Streifen schneiden. Das Graubrot in hauchdünne Scheiben schneiden. Die Zwiebeln halbieren und in dünne Scheiben schneiden, in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen. Anschließend Fleisch und Brot zugeben und mit Fleischbrühe auffüllen. Zitronenabrieb, Lorbeerblatt, Pfeffer, Piment, Nelke, Ingwerpulver und Macis zugeben. Langsam kochen und dabei immer wieder umrühren. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Nach ca. 15 Minuten Kochzeit die Kartoffeln zugeben und nochmals ca. 15 Minuten kochen. Mit Salz abschmecken und servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 27. November

## Wiener Saftgulasch mit Nudeln

### Für 4 Personen

800 g Zwiebeln	1,5 Knoblauchzehen	1 kg Rindfleisch
1/2 Bio-Zitrone	1 Sardellenfilet	1 Msp. Kümmel
5 EL Schmalz	2 EL Tomatenmark	3 EL Paprikapulver, edelsüß
100 ml Rotwein	500 ml Rinderbrühe	Salz, Pfeffer
300 g Bandnudeln	1 EL Butter	

Die Zwiebeln und eine Knoblauchzehe schälen und fein schneiden. Das Fleisch in ca. 5 cm große Würfel schneiden. Von der Zitrone etwas Schale abschneiden. Diese mit dem Sardellenfilet, einer geschälten halben Knoblauchzehe und Kümmel sehr fein zu einer Gulasch-Gewürzmischung zerhacken. In einem Topf mit 5 EL Schmalz die Zwiebeln langsam anschwitzen, bis sie etwas Farbe genommen haben. Dann gehackten Knoblauch, Tomatenmark und Paprikapulver zugeben und gut untermischen. Alles mit Rotwein ablöschen und diesen fast vollständig einkochen lassen. Anschließend mit Rinderbrühe aufgießen, mit etwas Salz, Pfeffer und etwas Gewürzmischung würzen. Dann die Fleischwürfel zugeben und das Gulasch abgedeckt ca. 2,5 leicht simmern lassen, bis das Fleisch weich ist. Dann das Fleisch mit einer Fleischgabel ausstechen und den Sud solange einkochen, bis er eine dickliche Konsistenz hat. Die Fleischwürfel wieder zugeben und nochmals mit Salz, Pfeffer und etwas Gewürzmischung abschmecken. Die Nudeln in einem Topf mit sprudelndem Salzwasser gar kochen, abschütten und in einer Pfanne mit Butter kurz schwenken. Nudeln mit dem Gulasch anrichten. Nach Belieben mit Blattpetersilie garnieren.

Karlheinz Hauser Montag, 09. August 2010

## Zwiebel-Rostbraten mit Bratkartoffeln

### Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, fest	3 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer
2 Scheiben Rindsrücken a 180 g	1 Zwiebel	4 EL Butterschmalz
50 ml Rotwein	1 TL Butter	

Die Kartoffeln kochen, pellen und abkühlen lassen. (Dies kann auch schon am Vortag gemacht werden.) Die Kartoffeln in feine Scheiben schneiden. Dazu kann ein Gurkenhobel zu Hilfe genommen werden. 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, Kartoffeln darin goldbraun schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Fleischscheiben plattieren, sie sollten höchstens einen Zentimeter dick sind. Salzen und pfeffern. Eine große Bratpfanne erhitzen und in 1 EL Butterschmalz die Fleischscheiben von beiden Seiten jeweils zwei Minuten braten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. Zwiebel schälen, halbieren, in dünne Scheiben schneiden und in der Fleischpfanne mit dem Bratensatz und 1 EL Butterschmalz goldbraun braten. Mit Salz würzen. Die Zwiebeln aus der Pfanne nehmen und auf die Fleischscheiben geben. Den Bratensatz in der Pfanne mit dem Rotwein ablöschen. In den kochenden Wein die Butter geben und heftig rühren. Die Fleischscheiben in die Pfanne geben. Die Oberseiten sollten nicht mit der Flüssigkeit in Berührung kommen. Den Fond ca. 2 Minuten reduzieren, so dass eine sämige Soße entsteht. Den Zwiebelrostbraten mit den Bratkartoffeln und der Soße anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 29. Oktober 2009

## Zwiebel-Rostbraten mit Gemüse-Gröstel

### Für 2 Personen

2 Scheiben Rindsleude 1 cm	100 g kleine, festk. Kartoffeln	80 g Brokkoli
50 g kleine Champignons	1 Karotte	60 g grüne Bohnen
2 Zwiebeln	1 unbehandelte Zitrone	1 unbehandelte Orange
50 g Ingwer	2 Knoblauchzehen	1 EL Tomatenmark
75 ml trockener Rotwein	350 ml Geflügelfond	1 Lorbeerblatt
3 Wacholderbeeren	1 Vanilleschote	1 Zimtrinde
1 TL Speisestärke	1 Prise Bohnenkraut	1 TL Puderzucker
1 Zweig Petersilie	2 EL braune Butter	2 EL Pflanzenöl
Chilisalز	Salz	

Die Zwiebeln abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch abziehen und eine Zehe in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und vier Scheiben abschneiden. Etwas Orangenschale abschneiden. In einem Topf einen Esslöffel Öl erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze hell braten. Den Puderzucker darüber stäuben und leicht karamellisieren. Das Tomatenmark unterrühren und kurz anrösten. Anschließend mit dem Rotwein ablöschen, fast vollständig einköcheln lassen und den Geflügelfond angießen und knapp unter dem Siedepunkt 25 Minuten ziehen lassen. Nach etwa zehn Minuten das Lorbeerblatt, die Wacholderbeeren, die Vanilleschote, die Knoblauchscheiben, drei Ingwerscheiben, die Zimtstange, etwas Chilisalز und die Orangenschale dazugeben und einige Minuten in der Soße ziehen lassen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, die kochende Soße damit sämig binden und die Gewürze wieder entfernen. Die Rindsleuden waschen und trocken tupfen. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischscheiben darin bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten kurz anbraten. Anschließend das Fleisch in die Soße legen und einige Minuten ziehen lassen. Wasser in einem Topf erhitzen. Den Brokkoli in Röschen teilen, die Karotte schälen und schräg in Scheiben schneiden, die Bohnen putzen, von den Enden befreien und zerkleinern. Das Gemüse kurz im heißen Wasser blanchieren und anschließend mit dem Eiswasser abschrecken. Die Champignons putzen und halbieren. Eine Pfanne mit der Butter erhitzen und braun werden lassen. Den übrigen Knoblauch halbieren. Die Zitronenschale abreiben. Die Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Die vorgekochten, ungeschälten Kartoffeln halbieren und in einem Esslöffel brauner Butter goldbraun anbraten. Die Champignons dazu geben und kurz mit braten. Die vorblanchierten Gemüsesorten mit einer Prise Bohnenkraut, dem übrigen Knoblauch, der restlichen Ingwerscheibe und der Zitronenschale hinzufügen und erhitzen. Die übrige braune Butter dazu geben, mit Chilisalز würzen und die Petersilie hinein streuen. Den Zwiebelrostbraten mit dem Gemüse und der Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 08. Oktober 2010

## Zwiebel-Rostbraten mit Rotwein

### Für 4 Personen

4 Rumpsteaks (a 200 g)	1 EL Speiseöl	4 Zwiebeln
3 EL Butter	1 TL Zucker	1 Zweig Thymian
1 EL Tomatenmark	1/4 l Rotwein	2 EL Balsamico
Salz, Pfeffer	1 Prise Majoran	2 EL Butterschmalz
1/8 l Fleischbrühe		

Die Rumpsteaks waschen, trocken tupfen, mit dem Öl bestreichen und zugedeckt kühl stellen. Die Zwiebeln schälen und in feine Streifen oder dünne Spalten schneiden. In einer Pfanne 2 EL Butter erhitzen, die Zwiebeln darin goldbraun braten und beiseite stellen. Die restliche Butter in einem Topf erhitzen und den Zucker darin leicht karamellisieren. Den Thymianzweig waschen und trocken tupfen. Mit dem Tomatenmark in den Topf geben und unter Rühren bei schwacher Hitze leicht andünsten. Mit dem Wein und dem Essig ablöschen und kurz köcheln lassen. Die gebratenen Zwiebeln hinzufügen und alles kurz aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen und warm halten. Den Fettrand der Rumpsteaks mehrmals einschneiden. Die Steaks vorsichtig leicht flach klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Die Steaks darin bei mittlerer bis starker Hitze auf beiden Seiten braun anbraten, aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln und warm halten. Den Bratenansatz in der Pfanne mit der Brühe ablöschen und etwa 10 Minuten einkochen lassen. Die Rotweinzwiebeln (ohne den Thymian) in die Pfanne geben und aufkochen. Die Zwiebelsauce nach Belieben mit etwas kalt angerührter Speisestärke binden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Steaks mitsamt dem ausgetretenen Fleischsaft in die Zwiebelsauce geben und bei sehr schwacher Hitze weitere 5 Minuten ziehen lassen. Den Zwiebelrostbraten auf Tellern anrichten. Dazu schmecken Spätzle.

Vincent Klink 24. November 2011

# Zwiebel-Rostbraten mit Sellerie-Püree

**Für 4 Personen**

**Zwiebelrostbraten:**

1 kg Rinderrücken	2 EL Öl	750 ml Geflügelbrühe
3 Zwiebeln	4 EL Butter	1 TL Puderzucker
1 – 2 TL Tomatenmark	150 ml Rotwein	1 Prise Majoran, getrocknet
1 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	20 g Butter, kalt
Öl für die Folie	Pfeffer	Salz

**Selleriepüree und Vanille-Apfel:**

350 g Knollensellerie	1 Apfel	100 ml Sahne, wahlweise Milch
50 g Butter, braun	1 Apfel	0,5 Schote Vanille
0,5 Orange, unbehandelt	Salz, wahlweise Chilisalz	Pfeffer aus der Mühle
Muskatnuss		

**Zwiebelrostbraten:**

Die Fleischscheiben zwischen zwei Lagen geölter Frischhaltefolie etwas flach klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, das Bratfett abgießen und den Bratensatz mit der Brühe ablöschen. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. In einer Schmorpfanne mit der Butter und dem Puderzucker bei mittlerer Hitze hell bräunen. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten. Mit dem Rotwein ablöschen und den Wein einköcheln lassen. Den Bratenfond in die Schmorpfanne gießen und aufkochen lassen. Das Fleisch hineinlegen und knapp unter dem Siedepunkt etwa eine Stunde weich schmoren. Dabei das Fleisch immer wieder mit dem Bratenfond begießen. Nach 50 Minuten eine Prise Majoran hinzufügen. Vor dem Servieren Knoblauch- und Ingwerscheiben einlegen und die Butter in der Soße zerlassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Selleriepüree und Vanille-Apfel:**

Den Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf die Sahne erhitzen, die Selleriestücke hinein geben und in etwa 20 Minuten bei geschlossenem Deckel weich schmoren. Den Sellerie mit einem Blitzhacker pürieren, dabei soviel Kochflüssigkeit wie nötig hinzufügen und die braune Butter hinein rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mit Orangenabrieb abschmecken. Den Apfel waschen, in Spalten schneiden und das Kerngehäuse entfernen. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze die Apfelspalten in etwas brauner Butter von beiden Seiten anbraten. Die Vanille zugeben und kurz mitziehen lassen. Die Apfelspalten auf dem Püree anrichten.

Alfons Schuhbeck am 25. November 2011

# Zwiebel-Rostbraten mit Spätzle

## Für 2 Personen

### Für die Spätzle:

200 g Mehl	2-3 Eier	Salz
2 EL Butter		

### Für den Zwiebelrostbraten:

1 Gemüsezwiebel	2 Scheiben Rinderrücken	Salz, Pfeffer
2 EL Sonnenblumenöl	1/8 Rotwein	2 TL Butter
3 EL Bratensauce		

Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte des Mehlbergs eine Kuhle eindrücken, Eier einschlagen und eine Prise Salz zugeben. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel mit einer Klarsichtfolie verschließen und den Teig eine halbe Stunde ruhen lassen. Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Ein Spätzlebrett kurz ins kochende Wasser tauchen, darauf ca. 2 EL Teig streichen. Den Teig mit einem ebenfalls angefeuchteten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben. Wenn die Spätzle gar sind, steigen sie nach oben. Mit einem Sieblöffel die Spätzle aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist.

Für den Zwiebelrostbraten: Die Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die Fleischscheiben flach klopfen. Den äußeren oberen Fettrand in Zentimeterabständen einschneiden und mit Pfeffer und Salz würzen. In einer großen Bratpfanne die Hälfte des Öls erhitzen und die Fleischscheiben von beiden Seiten jeweils zwei Minuten scharf anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Dem Bratensatz das restliche Öl beifügen und die Zwiebel darin goldbraun braten. Mit Salz würzen. Die Zwiebel aus der Pfanne nehmen und auf die Fleischscheiben geben. Die noch heiße Pfanne wieder aufs Feuer stellen und den Bratensatz mit Rotwein und Bratensauce ablöschen. In den kochenden Wein kräftig die Butter rühren bis sie geschmolzen ist. Sauce abschmecken.

Spätzle in einer Pfanne mit 2 EL Butter kurz warm schwenken. Fleisch mit Zwiebeln anrichten, Sauce dazu gießen und mit Spätzle servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 29. September 2011

# Index

- Artischocke, 12  
Aubergine, 65  
Avocado, 20, 86
- Beef, 5, 75  
Bein, 8  
Bein-Scheiben, 8  
Blumenkohl, 18, 31  
Bohnen, 22, 40, 44, 75  
Bourguignon, 6, 7  
Braten, 12, 41, 50, 63, 82, 92  
Bratkartoffeln, 8, 44, 56, 94  
Brokkoli, 18, 42, 91, 95  
Brust, 12, 18, 33, 50, 63
- Carpaccio, 10, 87  
Chateau, 11  
Chinakohl, 91
- Filet, 1–3, 5, 6, 10–12, 15, 17, 18, 20, 21, 24, 25, 32, 33, 38, 42–44, 46, 48–50, 52, 53, 55, 56, 66, 75, 86, 91, 93, 95  
Filet-Steak, 47, 51, 54  
Fleisch, 4, 7, 16, 19, 21, 33, 35, 40–42, 56, 58, 60, 68, 76, 88, 89, 91, 93, 94, 96
- Geschnetzeltes, 56  
Gulasch, 16, 57, 94  
Gurke, 32, 33, 58–61, 80, 86, 89, 90
- Hüfte, 31, 58, 83  
Hüftsteak, 31  
Hochrippe, 20, 31
- Kürbis, 5, 43  
Knödel, 37, 82  
Kohlrabi, 45, 46  
Kotelett, 9, 35, 36  
Kraut, 41
- Labskaus, 32, 33  
Lauch, 9, 17, 42, 75, 81, 88  
Linsen, 38, 69
- Möhren, 6–8, 14, 18, 19, 22, 26–28, 30, 34, 37, 42, 49, 59, 64, 68, 69, 74–76, 88, 92, 95  
Medaillons, 46
- Nudeln, 8, 16, 33, 38, 54, 91, 94
- Ochse, 26, 34, 37
- Pak-Choi, 3, 91  
Paprika, 22, 38, 46, 50  
Pastinaken, 12, 34  
Pilze, 3, 6, 7, 10, 24–26, 45, 50, 56, 60, 64, 76, 81, 83, 91, 93, 95  
Polenta, 71, 78  
Porree, 43, 54  
Porterhouse, 39  
Potthast, 93
- Rüben, 27, 63  
Rücken, 22, 71, 94, 97, 98  
Radicchio, 71  
Radieschen, 55, 70, 88  
Ragout, 8, 37, 40  
Reis, 2  
Rettich, 2, 3, 7, 23, 28, 31, 42, 49, 55, 85, 87, 88  
Rippen, 20, 27, 31, 84  
Roastbeef, 32, 38, 69–74, 89  
Rostbraten, 75, 94–98  
Rote-Bete, 2, 25, 26, 32, 33, 49, 87  
Rotkraut, 61  
Roulade, 3, 58–62, 83, 90  
Rucola, 88  
Rumpsteak, 8, 72, 76–81, 85, 86, 96
- Sauerampfer, 30, 85  
Sauerkraut, 57, 83  
Schoten, 22, 68, 69, 76, 91, 93  
Schulter, 7, 8, 14, 28, 57, 68, 82  
Sellerie, 8, 14, 18, 19, 22, 26–28, 30, 34, 37, 40, 42, 59, 62, 63, 68, 69, 75, 88, 92, 97  
Spargel, 52, 70, 81, 86, 91

Spinat, 91  
Spitzkohl, 68, 73  
Steak, 45, 47, 51, 54, 64, 65, 68  
Steckrübe, 27, 63  
  
Tafelspitz, 21, 30, 87–89  
Tatar, 5, 15, 20, 24, 56, 66, 68, 81, 91  
  
Wirsing, 28, 51  
  
Zucchini, 74  
Zunge, 23, 67