

Rosa gebratene Roulade vom Angus-Rind, Mairüben-Gulasch

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

400 g Steak vom Angus Rinderrücken

Für die Farce:

60 g Putenbrust

4 Sch. Parmaschinken

60 ml Sahne

5 Zweige glatte Petersilie

2 Zweige Rosmarin

2 Zweige Thymian

Öl

Salz

Pfeffer

3 Eiswürfel

Für das Mairüben-Gulasch:

200 g Mairüben

100 g Kartoffeln

1 Zwiebel

2 Frühlingszwiebeln

1 EL Butter

1 EL Tomatenmark

150 ml Gemüsefond

2 EL Maisstärke

1 EL glatte Petersilie

10 g edelsüßes Paprikapulver

1 TL Kümmel

1 Prise brauner Zucker

1 Prise Cayennepfeffer

50 ml Sonnenblumenöl

Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

50 g Crème-fraîche

1 Zitrone, davon Abrieb

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 70 Grad vorheizen.

Steak zwischen zwei Vakuumentüten 10 mm dick plattieren.

Für die Farce:

Putenbrust in kleine Würfel schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit Petersilie und den Eiswürfeln in einen Multi-Zerkleinerer geben. Alles gut mixen und die Sahne nach und nach dazugeben.

Farce auf das plattierte Fleisch streichen, den Parmaschinken auflegen und zu einer Roulade rollen. Mit einem Bindfaden fixieren.

Roulade mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Öl mit Rosmarin und Thymian von allen Seiten anbraten. Im Ofen bei 70 Grad bis zu einer Kerntemperatur von 53 Grad garen. Herausnehmen, etwas ruhen lassen und Bindfaden entfernen.

Für das Mairüben-Gulasch:

Mairüben und Kartoffeln schälen. Beide in 5 mm dicke Scheiben und dann in Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Das Gemüse in Öl und Butter anschwitzen, Tomatenmark und Paprikapulver dazugeben und dunkelbraun anbraten. Mit Gemüsefond ablöschen, die Gewürze dazugeben und gar schmoren.

Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden, die Petersilie fein hacken.

Mairübchengulasch mit angerührter Stärke leicht binden.

Frühlingszwiebel und die Petersilie dazugeben.

Für die Garnitur:

Gericht mit Crème fraîche und Zitronenabrieb abschmecken.

Die Roulade in Scheiben schneiden und auf dem Gulasch anrichten. Mit einer Nocke Crème fraîche und abgeriebener Zitronenschale garnieren und servieren.

Nelson Müller am 26. Mai 2023