



Sarah Bokop

Rehrücken mit Rotweinsauce, Selleriepüree und Rote-Bete-Apfel-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für den Rehrücken:

2 ausgelöste Rehrückenfilets
1 Knoblauchzehe
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
1 EL Rapsöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 90 Grad Umluft vorheizen.

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

Für die Rotweinsauce:

250 ml Rinderfond
150 ml trockener Rotwein
2 Knoblauchzehen
1 weiße Zwiebel
1 TL Tomatenmark
2 Wacholderbeeren
1 Lorbeerblatt
1 EL Zucker

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

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

Für das Selleriepüree:

450 g Knollensellerie
50 ml Gemüsefond
250 ml Sahne
50 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

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

Für den Rote-Bete-Apfel-Salat:

3 vorgegarte Rote Bete Knollen
1 Apfel (Granny Smith)
1 Orange
1 Zitrone
1 EL Schmand
1 TL geröstete Haselnüsse ohne Haut
1 TL mittelscharfer Senf
1 EL Weißweinessig
1 EL Haselnussöl
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

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

Rote Bete in feine Würfel schneiden. Haselnüsse fein hacken.

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

Salat mit Haselnüssen und Schmand anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.