

Rehrücken mit Underberg-Jus, Selleriestampf und Speckbohnen

Zubereitungszeit:

150 Minuten

Nährwerte pro Portion:

71.,0 kcal / 2994.5 kJ

18.6 g Kohlenhydrate

65.2 g Eiweiß

34.5 g Fett

Mengenangaben:

Für 4 Portionen



Zutaten

Für den Rehrücken

- 1 kg Rehrückenfilet
- 2 EL Butterschmalz
- Salz, Pfeffer

Für den Selleriestampf

- 500 g Sellerie
- 2 große Kartoffeln
- 100 ml Sahne
- 1 Prise Muskat
- Salz, Pfeffer

Für die Speckbohnen

- 300 g Stangenbohnen
- 100 g Bacon
- 1 EL Butterschmalz
- Eiswürfel
- Salz, Pfeffer

Für die Jus

- 4 Schalotten
- 4 Möhren
- 1/2 Sellerie
- 2 EL Rapsöl
- 4 cl Underberg
- 500 ml Gemüsebrühe
- (200ml Rotwein)
- 2 Zweige Thymian
- 1/2 Orange (Zesten)
- 1 Nelke
- 1 Lorbeerblatt
- 1/2 TL Zimt

Zubereitung

Für die Jus Sellerie, Möhren und Schalotten mit Schale in grobe Stücke schneiden. Rapsöl in einem Topf erhitzen, Gemüse darin 2-3 Minuten scharf anbraten.

Mit Underberg (und Rotwein) ablöschen und mit Brühe aufgießen. Thymian, Orangenzesten, Nelke, Zimt und Lorbeerblatt dazugeben und bei mittlerer Hitze ohne Deckel circa 30-45 Minuten köcheln lassen.

Alles durch ein feines Sieb passieren. In einem kleinen Topf erneut aufkochen und eventuell mit Stärke binden. Dazu einen Teelöffel Stärke in 50ml kaltem Wasser lösen, unter die Soße rühren, einmal stark aufkochen und bei mittlere Hitze 5-6 Minuten reduzieren.

Für den Selleriestampf Sellerie und Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. In einen Topf geben und mit Wasser bedecken. Aufkochen lassen, salzen und bei mittlerer Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen.

Wasser abgießen, Sahne und Muskat dazugeben und alles mit einem Stampfer zu einem feinen Püree verarbeiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Speckbohnen Stangenbohnen putzen und in kochendem Salzwasser 2-3 Minuten blanchieren. Eiswasser bereitstellen und Bohnen darin abschrecken.

Jeweils 6 Bohnen mit etwas Bacon mittig umwickeln. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und Bohnenpäckchen bei mittlerer Hitze darin 7-8 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für das Rehrückenfilet Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Filet im Ganzen von allen Seiten jeweils 1-2 Minuten scharf anbraten.

Das Fleisch dann im heißen Ofen auf einem Rost garen, bis es eine Kerntemperatur von 55-60 Grad erreicht hat, um es medium zu servieren.

Vor dem Anschneiden 5 Minuten ruhen lassen. Filet in gleichgroße Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Selleriestampf, Underberg-Jus und Speckbohnen servieren.