

EDEKA KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

GEBRATENES HIRSCHSTEAK

mit winterlichem Gemüse und Grießnocken

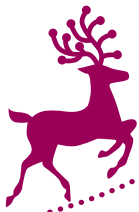



KREATIVE
REZEPTE ZUM
FEST



Dirk Luther

Dirk Luther



Gebratenes Hirschsteak

mit winterlichem Gemüse und Grießnocken

ZUTATEN

HIRSCHRÜCKEN

4 Steaks aus dem Hirschkalbrücken,
à 160 g küchenfertig,
ohne Sehnen und Silberhaut
1 EL Wacholderbeeren
1 TL schwarze Pfefferkörner
4 Pimentkörner
Abrieb von einer Bio-Zitrone
8 EL Rapsöl
2 Rosmarinzweige
2 Thymianzweige
Rapsöl zum Braten
Butter zum Nachbraten
Salz
Frischhaltefolie

SAUCE

3 Schalotten, fein gewürfelt
60 g Butter
125 ml Cognac
125 ml Madeira
500 ml brauner Wildfond
1 Rosmarinzweig
3 Wacholderbeeren, zerdrückt
Salz, Pfeffer

GEMÜSE

100 g getrocknete Aprikosen
100 g gekochte Maronen
100 g helle Trauben
2 Thymianzweige
2 Schalotten, in feine Würfel
geschnitten

1 EL Haselnussöl

100 g Rosenkohl, geputzt, gekocht
und halbiert
3 EL Granatapfelkerne
1 TL dunkler Balsamicoessig
Zucker
1 EL Butter
Salz und Pfeffer aus der Mühle

GRIESSNOCKEN

220 g Butter
3 Eier
180 g Hartweizengrieß
1 Prise Salz
Muskatnuss, frisch gerieben
1,5 l Salzwasser

★ PROFITIPP

Um Weintrauben zu häuten, legen Sie die Früchte einige Sekunden in kochendes Wasser. Danach in Eiswasser abschrecken. Jetzt lässt sich die Haut leicht mit dem Messer abschälen.



HIRSCHRÜCKEN Wacholder, Pfeffer und Pimentkörner grob zerstoßen, mit dem Zitronenabrieb und 8 EL Rapsöl verrühren. Fleisch damit einreiben, mit Rosmarin und Thymian belegen, in Folie wickeln und im Kühlschrank 8 Stunden, besser über Nacht marinieren.

Den Backofen auf 80 °C vorheizen. Das Fleisch aus der Folie wickeln. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Hirschsteaks von beiden Seiten goldbraun anbraten, anschließend im Ofen auf einem Gitter ca. 15 Minuten garen (Kerntemperatur 56 °C). Kurz vor dem Servieren in leicht gebräunter Butter nachbraten und mit Salz würzen.

SAUCE Die Schalottenwürfel mit einem Drittel der Butter in einem Topf anschwitzen. Mit dem Cognac sowie dem Madeira ablöschen und das Ganze danach so lange kochen, bis die Flüssigkeit fast vollständig verdunstet ist. Den Wildfond dazugießen, Rosmarin und Wacholderbeeren dazugeben und ca. 3 Minuten einkochen lassen. Die Sauce durch ein feines Sieb passieren und in den Topf zurückgießen. Bei schwacher Hitze die restliche Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

GEMÜSE Die getrockneten Aprikosen in Würfel schneiden und die Maronen halbieren. Die Trauben häuten, dann halbieren und entkernen. Den Thymian waschen, trockenschütteln, die Blättchen vom Stiel zupfen und sehr fein hacken. Die Schalottenwürfel in Haselnussöl glasig dünsten. Aprikosen, Trauben, Maronen, Rosenkohl, Granatapfelkerne und Balsamicoessig hinzufügen und anschwitzen. Mit Thymian würzen und mit Zucker und Butter glasieren. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

GRIESSNOCKEN 120 g Butter mit dem Mixer schaumig rühren, dann Eier sowie Grieß unterrühren und mit Salz und Muskat abschmecken. Die Grießmasse 90 Minuten kalt stellen, damit der Grieß gut quellen kann. Salzwasser zum Kochen bringen. Aus der Grießmasse mit zwei Löffeln schöne Nocken formen, in das Wasser geben und 5 Minuten kochen lassen. Danach bei reduzierter Hitze die Grießnocken 10 Minuten ziehen und dann abtropfen lassen. Die restliche Butter in einer Pfanne leicht bräunen und die Nocken darin braten.



Hirschkalbrücken