

Folge 5: Arbeiten mit Rückepferden im Windecker Ländchen

Rezepte von Manuela Zimmermann

Alle Mengenangaben für **4 Personen**
(wenn nicht anders angegeben)

Vorspeise: Zucchiniküchlein mit Kräuterquark

Zutaten Zucchiniküchlein

2 mittelgroße Zucchini
250 g Reibekäse
8 Eier
125 g Schinkenspeck
ein paar Esslöffel Mehl
1Pck Backpulver
Salz, Pfeffer
Öl
Kresse zur Deko

Zutaten Kräuterquark

500 g Speisequark
etwas Milch
50 -100 g Kräuter (erntefrisch oder TK) z.B.:
Petersilie, Basilikum, Schnittlauch, Dill, Kresse
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Zucchiniküchlein: Die Zucchini in kleine Stücke reiben, salzen und in einem Sieb etwas auswässern lassen. Den Schinkenspeck in kleine Würfel schneiden, und mit etwas Öl in einer Pfanne anbraten. Dann die geriebenen Zucchini in einer Rührschüssel mit Speck und Käse vermischen. Im Anschluss die Eier zufügen und zu einer Masse verrühren. Nun einige Esslöffel Mehl und das Backpulver unterrühren, bis die Masse etwas besser gebunden ist. Mit Salz und Pfeffer nach Belieben nachwürzen. Vorsicht: durch den Speck ist alles schon etwas gesalzen.

Backofen auf 180°C (Umluft) vorheizen.

Nun die Masse in Silikonförmchen füllen. Am besten nimmt man Burgerbrötchen-Silikonformen oder eine ähnliche Größe. Dann hat man eine gute Vorspeiseportion.

Die Küchlein nun im vorgeheizten Ofen etwa 20-25 Minuten goldbraun backen lassen. Durch das Backpulver sollten sie etwas aufgehen.

Kräuterquark: Den Speisequark in einer Schüssel mit den Kräutern und etwas Milch verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer es gerne als „Klecks“ neben dem Küchlein mag eher weniger Milch verwenden.

Küchlein mit etwas Quark servieren und zum Abschluss mit etwas Kresse dekorieren.

Hauptspeise: Rehrücken aus dem Dutch Oven mit Rosmarinkartoffeln und buntem Sommersalat

Zutaten Rehrücken

1,2 kg Rehrücken, ausgelöst
2 Flaschen Rotwein
2-3 Orangen
3 Zwiebeln
Zucker
1,5 l Buttermilch
Wacholderbeeren, Nelken, Pimentkörner
Salz, Pfeffer
Öl zum Braten
Dutch Oven mit Grillkohle und Grillbriketts

Zutaten Rosmarinkartoffeln

800 g junge Kartoffeln, festkochend
100 g Butter
Salz
frische Rosmarinzweige

Zutaten Sommersalat

Frischer Feldsalat
Kirschtomaten
Gurken
2 Lauchzwiebeln
Radieschen
1 Orange
Granatapfelkerne
Basilikum
Sonnenblumenkerne
Himbeersaft
milder, fruchtiger Essig
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Rehrücken in Orangen- Rotweinsöße: Den Rehrücken einen Tag vor der Zubereitung auf Sehnenreste kontrollieren und diese abschneiden mit einem scharfen Messer. Dann wird das Reh in die Buttermilch zusammen mit einem Schuss Rotwein, einigen Wacholderbeeren, ein paar Nelken und einigen Pimentkörnern eingelegt, und kühl gestellt über Nacht.

Am nächsten Tag nimmt man das Fleisch aus der Buttermilch und lässt es gut abtropfen. Die Zwiebeln schneidet man in Würfel und sie werden mit etwas Zucker in einem Kochtopf angebraten und karamellisiert. Ist die gewünschte Konsistenz erreicht, löscht man die Zwiebeln mit einem sehr guten Schuss Rotwein ab und lässt das Ganze bis zur Weiterverarbeitung ziehen.

Die Orangen werden gewaschen und in Scheiben geschnitten.

Reichlich Grillkohle wird gemeinsam mit den Grillbriketts in der Feuerschale angezündet. Wenn genug Glut vorhanden ist holt man die Grillbriketts mit einer Grillzange an die Seite und stellt den Dutch Oven mitten in die Glut, so dass er voll mit der Unterseite in der Hitze steht. Dann lässt man den Kessel einen kurzen Moment erhitzen und gibt etwas Bratöl in den Kessel.

Das Reh wird nun bei starker Hitze kurz von allen Seiten scharf angebraten, und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Die Orangenscheiben werden nun mit in den Kessel gegeben und das Fleisch damit abgedeckt. Dann wird das Reh mit dem Zwiebel- Rotweinsud abgelöscht, und ruht für einige Minuten in der Hitze. Der Deckel wird auf den Kessel gesetzt, und einige Briketts in den hohen Rand gegeben. Dies sorgt für Oberhitze.

Nach und nach gibt man weiterhin etwas Rotwein, und auch etwas Wasser hinzu, und würzt ggf. nochmal nach. Jedoch sollte der Sud nach 25-30 Minuten „Soßenkonsistenz“ haben und nicht zu flüssig sein. Der Rehrücken ist je nach Masse schon nach einer knappen halben Stunden zart und durch gegart.

Die Soße lässt man etwas einkochen, entfernt vorher die Orangenschalen, die Stücke bleiben in der Soße, gegebenenfalls kurz pürieren oder vor dem Servieren durch ein Sieb geben. Je nach Geschmack nochmal nachwürzen.



Serviert wird der Rehrücken in dickeren Scheiben, die Soße als Spiegel darunter.

Natürlich kann man den Rehrücken auch in einem herkömmlichen Bräter zubereiten. Die Garzeit verlängert sich dann ein wenig

Rosmarinkartoffeln: Die jungen Kartoffeln gut waschen, und mit Schale in Wasser mit einer Prise Salz kochen. Wenn sie gar sind werden sie abgeschüttet, und in einer Pfanne die Butter erhitzen. Kartoffeln zufügen, dann mit frischem Rosmarin und Salz würzen. Von allen Seiten anbraten und in der Butter schwenken.

Sommersalat: Den Feldsalat waschen, abtropfen lassen, und den Boden eines Desserttellers damit bedecken. Kirschtomaten halbieren, Radieschen in dünne Scheiben schneiden und die Gurke würfeln. Diese Zutaten über dem Feldsalat verteilen. 1 Orange schälen und würfeln. Diese ebenfalls auf dem über den Salat geben. Einige Granatapfelkörner aus der Frucht auslösen, und über den Salat streuen. Einige Löffel Sonnenblumenkerne mit wenig Olivenöl in einer Pfanne anrösten und abgekühlt überstreuen. Frische Basilikumblätter und Lauchzwiebeln in kleine Streifen, bzw Ringe schneiden und zuletzt über den bunten Salatteller verteilen.

Für das Dressing einige Löffel fruchtigen Essig, etwas Olivenöl, etwas Saft einer Orange, und einige Löffel Himbeersaft mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor dem Servieren das Dressing über den Salat geben.

Nachspeise: Blaubeerparfait

Zutaten

300 g Blaubeeren (TK)	20 g Zartbitterschokolade
3 Eigelb	50 g Pistazien
70 g Zucker	250 g Mascarpone
125 ml Milch	Minzblätter zur Deko
1 Vanilleschote	

Zubereitung:

Milch in einen Topf geben. Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Vanilleschote- und -mark zur Milch geben und aufkochen. Topf beiseite stellen.

Eigelb mit Zucker in einer hitzebeständigen Schüssel verrühren. Im heißen Wasserbad mit einem Schneebesen schaumig schlagen.

Milch durchsieben und unter Rühren zur erhitzten Eigelbmasse geben. Solangeiterrühren bis die Masse leicht dicklich ist. Creme beiseite stellen und etwas abkühlen lassen.

Schokolade zerreiben und beiseite stellen. 250 g Blaubeeren pürieren. Mascarpone cremig rühren und esslöffelweise unter die Eigelb-Creme geben.

Nun Blaubeerpüree, die übrigen Blaubeeren (ein paar Blaubeeren und 4 Esslöffel Püree zum Garnieren aufheben!) und die Schokolade unterziehen.

Die Masse nun in Sturzförmchen geben und einige Stunden einfrieren.

Wenn das Parfait gefroren ist, auf einen Dessertteller stürzen, mit einem Esslöffel Blaubeerpüree, einigen Blaubeeren, gehackten Pistazienstücken und Minze garnieren.

Guten Appetit!