

Rehrücken niedergegart

(für 4 Personen)

Zutaten:

- ca. 1.2kg Rehrücken am Knochen
- Spätzli
- Rotkraut
- Rosenkohl
- gekochte Kastanien
- 4 gekochte Birnen-Hälften aus der Büchse
- Preiselbeeren Konfit im Glas
- Öl, Salz, Pfeffer, frischer Rosmarin
- eine Wildsauce

Vorbereitung:

- Mit einem scharfen Fleischmesser sehr sorgfältig die Silberhaut entfernen. Darauf achten, dass möglichst kein Fleisch weggeschnitten wird.
- Die beiden Teile des Rehrückens mit dem Messer oben und unten ca. 2cm tief vom Knochen lösen, damit das ganz herauslösen am Schluss besser gelingt. Ggf. den ganzen Rücken mit Kochschnur umwickeln, damit er beim Anbraten nicht auseinanderfällt.
- Die beiden kleinen Filets auf der Unterseite heraustrennen und beiseitelegen.
- Dann das Fleisch mit der Marinade aus Öl, Salz, Pfeffer und Rosmarin einreiben.

Zubereitung:

- In einer genügend grossen Pfanne oder Auflaufform - oder noch besser auf dem Gasgrill - das grosse Stück ca. 4 Minuten rundum heiss anbraten. Nicht zu lange, sonst gart es durch!
- Dann ein Fleischthermometer ins Fleisch stecken und in den 80°C Ofen stellen, bis innen 55 (leicht blutig) bis 60°C (durchgegart) erreicht sind.
- Derweil die Zutaten zubereiten und die beiden kleinen Filets in wenig Butter kurz anbraten.
- Wenn das Fleisch innen rosa ist, ist es gut. Mit einem Löffelrücken und dem scharfen Messer die beiden Fleischhälften aus dem Rückenknochen herauslösen. In Medaillons tranchieren. Auf einer Platte anrichten zusammen mit den kleinen Filets.

Tipp:

- Eine mögliche Wildsauce:
 - 3dl Fleischbouillon oder Wildfonds
 - 1dl Rotwein
 - 3 Esslöffel Preiselbeeren
 - 1 Esslöffel Kakaopulver oder 2 Stück dunkle Schokolade
 - 1dl Saucenrahm
 - Maizena Express
 - Salz und PfefferBouillon zum Kochen bringen und Wein, Preiselbeeren, Kakao und Rahm begeben. Dann mit Schwingbesen so viel Maizena Express, bis eine leicht sämige Sauce entsteht.
- Alles im Ofen warmstellen vor dem Servieren.

