



Rezept online aufrufen



Rehrücken auf meine Art

ohne Knochen gegart, ganz einfach

Den Rücken vom Händler auslösen lassen, oder selbst auslösen. So bekommt man 2 hoffentlich gleichmäßig dicke Fleischteile in Wurstform. Das Fleisch von allen Häuten und Sehnen befreien. Mit einem Beil den Knochen in mehrere Teile zerhacken lassen und unbedingt mitnehmen.

Wacholder und Piment im Mörser sehr fein zerstoßen, mit den Kräutern und der Hälfte des Öls mischen und die beiden Fleischteile damit einreiben. Auf keinen Fall das Fleisch mit Speck spicken. Dazu ist es viel zu fein und es soll auch nicht bei zu langer Garzeit trocken gebraten werden. Es wird einem Rinderfilet ähnlich behandelt, nur noch vorsichtiger.

Das Fleisch dann in Alufolie packen und 1 - 2 Tage in den Kühlschrank legen. 2 Std. vor dem Garen herausholen, damit es Zimmertemperatur bekommt, dabei alle Gewürze entfernen, aber aufbewahren, sie werden noch benötigt.

Vorher die Sauce herstellen. Die Knochenteile mit dem Gemüse in Öl kräftig anbraten, mit Wein ablöschen und mit Wasser soweit auffüllen, bis alles bedeckt ist. Für 4 Std. sanft köcheln lassen. Nach 2 Std. die entfernten Gewürze vom Fleisch hinzugeben, nach weiteren 2 Std. die Flüssigkeit passieren, abkühlen lassen, um so die Fettschicht besser zu entfernen.

Dann die Flüssigkeit auf höchstens 100 ml einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren nicht mehr kochend mit der kalten Butter Stück für Stück binden.

Die beiden Fleischstücke inzwischen rundum in dem verbliebenen Olivenöl bei höchstens mittlerer Hitze in ca. 2 - 3 Minuten anbraten, nur ganz wenig bräunen. Salzen, pfeffern und für 10 Minuten in den auf 140°C vorgeheizten Ofen legen. Dort mindestens einmal wenden, und dabei die Festigkeit mit Fingerdruck prüfen. Das Fleisch sollte etwas nachgeben.

Danach in Alufolie packen, den Ofen abstellen. Mit geöffneter Tür noch 5 - 10 Minuten, je nach Dicke, ruhen lassen, damit sich im Fleisch die Säfte gut verteilen. Die Folie entfernen, den wahrscheinlich ausgetretenen Saft zur Sauce geben, das Fleisch in 3 - 4 cm dicke Scheiben schneiden und mit der Sauce nappieren. Es sollte innen eine schöne rosa Farbe haben.



Zutaten für 4 Portionen:

$\frac{1}{2}$	Rehrücken, ausgelöst (ca. 600 g reines Fleisch)
1	Möhre(n), gewürfelt
1 Zweig/e	Staudensellerie, gewürfelt
1 Stange/n	Lauch, das Weiße, in Streifen geschnitten
1	Schalotte(n), gewürfelt
1	Knoblauchzehe(n), klein gewürfelt
1 Glas	Rotwein
1 Zweig/e	Rosmarin, feinst geschnitten
1 Zweig/e	Thymian, feinst geschnitten
5	Wacholderbeere(n)
3 Körner	Piment
	Salz und Pfeffer
2 EL	Öl
2 EL	Olivenöl
	Butter, sehr kalt, in kleinen
80 g	Würfeln im Kühlschrank bereithalten
n. B.	Wasser

Rezept von: Mathias56

Beilagen nach Belieben reichen. Ein Kartoffel-Selleriepüree harmoniert sehr gut, auch Spätzle oder Gnocchi sind eine gute Beilage, genauso glasierte Möhren.

Arbeitszeit	ca. 30 Minuten
Ruhezeit	ca. 2 Tage
Gesamtzeit	ca. 2 Tage 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad	normal

—
Anzeige
—