

Rosa gebratener Rehrücken mit Tannensalz, Selleriepüree und Waldheidelbeeren

Griß di Rezepte

Herbst

Low Carb

Weihnachten

Winter

ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: ● ● ● ● ○

Tannenwipferl von der Tanne abzwicken, vom Innensteg entfernen, fein hacken. Mit dem Meersalz vermischen, und 2 Tage bei warmer Zimmertemperatur ausgebreitet auf einer Küchenrolle trocknen lassen. Dann in ein Glas geben und verschließen. Für den Rotkrautsalat das Rotkraut in feine Streifen schneiden. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer aus der Mühle und dem Olivenöl vermischen und ca. 20 Minuten beiseitestellen. Den Knollensellerie (ca. 700 g mit Schale) schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Circa ein Drittel des Selleries im Salzwasser weich kochen. Anschließend in Butter anschwitzen und gehackte Petersilie zugeben. Den restlichen Knollensellerie – sowohl die Würfel als auch die Reste – in einen Topf geben, mit Milch und Obers aufgießen und ca. 30 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Flüssigkeit abgießen (aber unbedingt auffangen!) und mit dem Stabmixer pürieren. Nach und nach die Flüssigkeit zugeben, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Mit Salz und Butter verfeinern. Das Rehfilet mit dem Tannensalz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Wacholder mit dem Mörser fein zerstoßen, locker das Rehfilet damit einreiben. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und das Rehfilet von allen Seiten anbraten. Heidelbeeren waschen, trocken tupfen und in die Pfanne zugeben. Im vorgeheizten Backrohr auf mittlerer Schiene bei 150 °C ca. 10 Minuten rosa garen. Kurz rasten lassen, dann in Stücke schneiden. Selleriepüree auf den Teller geben, mit dem aufgeschnittenen Reh, Rotkrautsalat, Knollenzeller und den Heidelbeeren anrichten. Mit Bratensaft und Thymian garnieren und servieren.



ZUTATEN

FÜR DAS TANNENSALZ:

100 g grobes Meersalz

2 EL Tannenwipferl

FÜR DEN ROTKRAUTSALAT:

200 g Rotkraut

Saft von 1–2 Zitronen

Salz, Pfeffer aus der Mühle

2 EL Olivenöl

ca. 800 g Rehrückenfilet, zugeputzt

Pfeffer aus der Mühle

1 TL Wacholderbeeren

2 EL Olivenöl

FÜR DAS SELLERIEPÜREE:

400 g Knollensellerie

120 ml Milch

120 ml Obers

40 g flüssige Butter Salz

ca. 200 g Knollensellerie

2 EL Butter

Salz

2 EL fein gehackte Petersilie

100 g Waldheidelbeeren