

◆HAUPTGERICHTE◆

TITELREZEPT

Bauernente mit Wirsingröllchen

Mittlerer Aufwand: ★★
 Vorbereitungszeit: 90 Minuten
 Zubereitungszeit: 60 Minuten

Bild auf Seite 18/19, Mitte. Für 8 Personen

1 EL Öl, 2 kg Kartoffeln (vorw. fest kochend), Salz, Pfeffer, 800 g Schlagsahne
 1 Kopf Wirsing (1,4 kg), 100 g Frühstücksspeck (Bacon), ger. Muskatnuss
 8 Ententeile (Schenkel oder Bruststücke; à 280 g), 500 ml trockener Rotwein, 1 l Wildfond (Glas; ersatzw. Instant-Fleischbrühe), 1 EL Speisestärke

1 Am Morgen: Elektro-Ofen auf 175 Grad vorheizen. Öl in eine große Auflaufform träufeln. Kartoffeln schälen, waschen, in 2 mm dünne Scheiben teilen. Kartoffelscheiben in der Form verteilen, salzen und pfeffern. 600 g Sahne angießen und das Gratin im Ofen bei 175 Grad (Gas: Stufe 2) 50-60 Minuten backen. Kalt stellen.

2 Wirsing putzen, waschen. 8 große Blätter beiseite legen, Rest in Streifen teilen. Blätter 1 Minute in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken. Speck würfeln, anbraten, Wirsingstreifen zugeben. Mit übriger Sahne ablöschen, 5 Minuten schmoren, mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen. Wirsingblätter auslegen, trockentupfen, je 1 EL Wirsinggemüse darauf geben. Seiten einschlagen, einrollen.

3 1.5 Stunden vorm Servieren: Elektro-Ofen auf 175 Grad heizen. Ententeile waschen, trockentupfen. In einer heißen Pfanne mit der Hautseite nach unten anbraten, salzen, pfeffern. Wenden, 2 Minuten braten. Auf einem Blech im Ofen bei 175 Grad (Gas: Stufe 2) 35-40 Minuten braten. In Alufolie 10 Minuten ruhen lassen.

4 Inzwischen Wein 10 Minuten kochen, Fond zugießen, weitere 10-15 Minuten köcheln lassen. Stärke mit 2 EL Wasser glatt rühren, in die Sauce einrühren. Einmal aufkochen und abschmecken.

5 Zum Servieren: Gratin bei 175 Grad (Gas: Stufe 2) 15 Minuten aufwärmen. Wirsingpäckchen in einer Pfanne mit 2 EL Wasser zugedeckt erhitzen. Ente, Wirsingpäckchen, Sauce und Gratin servieren.

Beilage zur Wahl: Bratäpfel

Kleine Äpfel waschen, putzen, in Scheiben teilen, beidseitig in Butter braten.

Getränke-Tipp: kräftiger Rotwein (z.B. Spätburgunder)

Filet im Blätterteigmantel

Mittlerer Aufwand: ★★
 Vorbereitungszeit: 60 Minuten
 Zubereitungszeit: 40 Minuten

Bild auf Seite 18, links. Für 8 Portionen

2 EL Paprikamark (Tube), 200 g Kalbsbrät, Salz, Pfeffer, 300 g große Spinatblätter, 1 großes Schweinefilet (ca. 1 kg)
 3-4 EL Butterschmalz, 200 g Frühstücksspeck in Scheiben (Bacon)
 600 ml Kalbsfond (Glas; ersatzw. Instant-Fleischbrühe), 200 g Schlagsahne evtl. 3-4 EL Sherry (halbtrocken)
 2-3 TL Speisestärke, 1 Bund glatte Petersilie, 400 g TK-Blätterteig
 1 Eigelb (Ei: Größe M)

1 Am Morgen: Paprikamark mit Brät mischen, salzen, pfeffern. Spinat verlesen, waschen, in kochendem Salzwasser ½ Minute blanchieren, abschrecken, abtropfen lassen. Filet waschen, würzen. In heißem Schmalz rundum kurz anbraten. Etwas abkühlen lassen, mit Speck umwickeln.

2 Bratensatz mit Fond loskochen, 15 Minuten köcheln. Sahne zugeben, 10 Minuten köcheln. Mit Salz, Pfeffer und Sherry würzen. Stärke mit 2 EL Wasser glatt rühren, in die Sauce geben, aufkochen. Petersilie waschen, Blättchen hacken. Alles zugedeckt beiseite stellen.

3 Spinat auf ein großes Stück Klarsichtfolie (ca. 30 x 20 cm) legen, dabei die Ränder überlappen lassen. Filet darauf legen, mit Hilfe der Folie einrollen.

4 Blätterteig auftauen lassen. Zu einer Platte (ca. 40 x 30 cm) ausrollen. Teig wie im Tipp unten belegen und einrollen. Seitenränder falten, zugedeckt kalt stellen.

5 1 Stunde vorm Servieren: Elektro-Ofen auf 200 Grad (Gas: Stufe 3) vorheizen. Filet auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Eigelb mit 2 EL Wasser verquirlen, Teig damit bestreichen. Filet ca. 35 Minuten backen.

6 Zum Servieren: Die Sauce erwärmen, Petersilie einrühren. Filet in Scheiben schneiden und servieren.

Beilage: TK-Kartoffelkrönchen und Brokkoli
Getränke-Tipp: italienischer Rotwein (z.B. Bardolino)

◆◆◆◆◆ FILETS EINROLLEN



In die Mitte des ausgerollten Blätterteigs die Hälfte der Brätmasse streichen. Das vorbereitete Filet darauf legen, dann die übrige Brätmasse auf dem Filet verteilen. Filet in den Teig einwickeln.

Blättern Sie bitte um

Steinbutt mit Kartoffelhaube

Wenig Aufwand: ★
 Vorbereitungszeit: 30 Minuten
 Zubereitungszeit: 30 Minuten

Bild auf Seite 19, rechts. Für 8 Portionen

400 g Kartoffeln (fest kochend), Salz
 8 Steinbutt- oder Steinbeifilets (à 150 g), 2 Salatgurken (1 kg)
 ½ Bund Thymian, 7 EL Butter, Pfeffer
 3-4 EL Dijon-Senf, 200 ml Fischfond (Glas; ersatzw. Instant-Gemüsebrühe)
 8 EL trockener Weißwein
 200 g Crème fraîche, Saft und abgeriebene Schale von ½ Orange (unbeh.)

1 Am Morgen: Kartoffeln schälen, waschen, in dünne Scheiben hobeln. 2-3 Minuten in Salzwasser kochen, trockentupfen. Fischfilets abrausen, trockentupfen. Gurken waschen, evtl. schälen, längs halbieren, entkernen, in 1 cm dicke Scheiben teilen. Thymian waschen, Blättchen abzupfen. Alles zugedeckt kalt stellen.

2 30 Minuten vorm Servieren: Elektro-Ofen auf 200 Grad vorheizen. Tiefes Blech mit 1 EL Butter fetten. Filets würzen, mit 2 EL Senf bestreichen, aufs Blech legen. Kartoffeln auf den Filets verteilen, salzen, pfeffern. 2-3 EL Butter zerlassen, Fisch damit beträufeln. Im Ofen bei 200 Grad (Gas: Stufe 3) 12-15 Minuten backen.

3 Inzwischen Fond, Wein, Crème fraîche mit Orangensaft, -schale und eventuell entstandenem Fischsud vom Blech verrühren, 10 Minuten köcheln. Mit 1 TL Thymian, übrigem Senf, Salz, Pfeffer würzen.

4 Übrige Butter erhitzen, Gurken darin 5-6 Minuten dünsten, salzen und pfeffern. Backofen-Grill auf höchste Stufe schalten und den Fisch noch 5 Minuten übergrillen.

5 Zum Servieren: Fisch mit Gurken und Sauce anrichten. Mit Thymian bestreuen.

Getränke-Tipp: kräftiger Weißwein (z.B. Riesling aus der Pfalz)