



RINDSBRATEN AN MORCHELSAUCE MIT POLENTA-STERNEN

Für 4 Personen

Zutaten:

Braten;

1 kg Rindsbraten

1 EL Senf

Salz, weisser Pfeffer

wenig Paprika scharf, Knoblauchpulver

1 dl Noilly Prat

1 dl Bouillon

Sauce;

20 gr Morcheln, getrocknet

4-5 EL sehr gutes Kalbsfond

4 dl Vollrahm

Salz und Pfeffer zum Abschmecken

1 EL gehackter flacher Peterli

2 Prisen Zucker

Polenta-Sterne;

250 gr Polentamais

6 dl Milch

6 dl Bouillon

etwas Salz und Pfeffer

1 EL Creme Faïche

etwas Butter zum Braten



Zubereitung:

Den Braten vor der Zubereitung 2 Std. aus dem Kühlschrank nehmen, damit er Zimmertemperatur annehmen kann. Das Fleisch mit dem Senf einreiben und würzen. In einem Schmortopf die Butter erhitzen und den Braten 5 min anbraten. Den Noilly Prat zugeben und fast einkochen lassen, nun die Bouillon zufügen, das Fleischstück mit einem Fleischthermometer versehen und in den auf 120 Grad vorgeheizten Ofen geben. Niedergaren bis die Temperatur 68-70 Kerntemperatur anzeigt. (das dauert ca. 2,5 Std.) Die Morcheln nach Anleitung einweichen und säubern.

In der Zwischenzeit die Polentasterne zubereiten; Dazu in einer hohen Pfanne, die Milch und die Bouillon geben, erwärmen und die Polenta einrieseln lassen. Auf kleiner Stufe 10 min köcheln lassen. Etwas Creme Fraïche darunter geben und abschmecken. Jetzt auf ein mit Backfolie belegtes Blech streichen und abkühlen lassen.

Für die Sauce; den Fond und den Rahm in eine Pfanne geben, erhitzen und die Pilze dazu geben. Die Petersilie unterrühren und alles abschmecken, warm halten. Nun Sterne aus der Polenta ausstechen und in der heissen Butter auf jeder Seite kurz anbraten.

Den Braten vor dem Anschneiden kurz ruhen lassen, danach alles schön auf vorgewärmte Teller anrichten. Nach Belieben noch etwas Gemüse dazu servieren.

Gutes Gelingen und liebe Grüsse

Pelinda K.

Eat, letters and deco

