

# *Eat, letters and deco*

## **ZUCCHINI -PETITE TENDER MIT SPINAT- QUARKKNÖPFLI**

Für 4 Personen

♥ Gourmetgericht / teils zum Vorbereiten / eher einfach

Zubereitungszeit: 45 min

Niedergaren: 30 min

### **Zutaten:**

#### **Spinat-Knöpfli**

500 gr Halbfettquark

50 gr, gehackter Spinat, aufgetaut, Saft abgeleert

6 Eier

1dl Vollmilch

500 gr Mehl

2 1/2 TL Salz

etwas abgeriebene Muskatnuss

Butter, zum Abschmecken

#### **Zucchini-Petite Tender**

1 EL Bratfett

680 gr Petite Tender, vom Rind, in 8 Medaillon geschnitten

Salz und Pfeffer aus der Mühle

4 Zucchini

#### **Zitronen-Buttersauce**

etwas abgeriebene Zitronenschale

4 Zitronen, Saft ausgequetscht

60 gr Butter

1 dl Gemüsebouillon

1 TL Zucker

2 gestrichene TL Maizena Express (Saucenbinder)

3-4 Zweige frischer Thymian, Blättchen abgestreift

#### **Beilage**

ca 20 Radieschen

etwas Butter zum Schwenken

Salz und Pfeffer

#### **Werkzeug**

Handrührgerät

Knöpflesieb

Bratenthermometer, wenn nicht im Ofen integriert

### **Zubereitung:**

1. Für die Knöpfli alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit dem Handrührgerät verquirlen, bis eine homogene Masse entsteht. In einer hohen Pfanne das Wasser zum Kochen bringen, salzen und Temperatur etwas senken.
2. Den Teig portionsweise durchs Sieb streichen, sobald sie an die Oberfläche aufsteigen mit einer Schaumkelle abschöpfen und gut abtropfen lassen. In eine Schüssel geben und jedesmal etwas Butterflöckchen darüber geben. Bis zum weiteren Gebrauch zugedeckt zur Seite stellen.



3. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Den Ofen auf 100 Grad / Niedergaren einstellen. Aus den Zucchini jeweils von oben und unten mit dem Sparschäler längs 2 Streifen abschneiden. (danach kommen die Kernen zum Vorschein)
4. Nun die Medaillons im heissen Bratfett auf beiden Seiten je eine Minute scharf anbraten. Auf ein Platte geben und die Zucchinistreifen darüber legen und auf die Grösse der Medaillons zuschneiden. Im Ofen in ca 30-35 min niedergaren. Die Kerntemperatur sollte bei 54 Grad liegen.
5. In der Zwischenzeit noch die Sauce zubereiten. Dazu den Zitronensaft mit dem Butter aufkochen und Hitze etwas reduzieren. 5 min köcheln lassen. Nun den Zucker und die Bouillon zugeben, umrühren. Jetzt das Maizena Express zufügen und Hitze nochmals erhöhen. Sobald diese dicklich wird von der Herdplatte ziehen. Die Thymanblättchen beifügen und eventuell mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Gebrauch zur Seite stellen.
6. Nun in einer Bratpfanne die Radieschen in etwas Butter weich garen und abschmecken.
7. Fertig stellen: Die Knöpfli in einer Bratpfanne nochmals erhitzen und auf die Teller geben. Das Fleisch und die Radieschen darüber schön anrichten. Zum Schluss die Zitronen-Buttersause darüber träufeln. Heiss servieren!

Ein Gourmet-Rezept, welches das ganze Jahr passt und den Gaumen so richtig verwöhnt! Die Knöpfli lassen sich wunderbar vorbereiten. (Bis zum Gebrauch im Kühlschrank aufbewahren.

Gutes Gelingen und liebe Grüsse, eure

*Belinda K.*

Eine Rezept-Kreation von Belinda Kern