

Rosa gebratene Rehkeule auf sautiertem Mangold mit Petersilienwurzelpüree und karamellisierten Cranberrys

Rezept für 4 Personen

Ein Rezept von:
Oliver Ponnath
Ratskeller Veitshöchheim



Zutatenliste für die rosa gebratene Rehkeule

800 g Rehkeule | Salz und Pfeffer | Öl (zum Anbraten) | 1 Knoblauchzehe

Zubereitung der gebratenen Rehkeule

1 Die Rehkeule mit Salz und Pfeffer würzen und in etwas Öl anbraten. Beim Braten die ungeschälte Knoblauchzehe dazugeben. Im vorgeheizten Ofen bei 150°C etwa 8 bis 10 Minuten garen.

Zutatenliste für den sautierten Mangold

2 Stück Mangold | etwas Zitronensaft | 1 EL Butter | Muskatnuss | Zucker

Zubereitung des sautierten Mangolds

1 Den Mangold vom Strunk trennen. Den Strunk in kleine Stücke schneiden und in etwas Öl anschwitzen. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen, mit Zitronensaft

beträufeln und etwas Zucker dazu geben. Kurz vor dem Anrichten das feingeschnittene Grün des Mangolds dazugeben und mit frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.

Zutatenliste für das Petersilienwurzelpüree

800 g Petersilienwurzeln | 200 ml Sahne | etwas Brühe | ½ EL Butter

Zubereitung des Petersilienwurzelpürees

1 Die Petersilienwurzeln schälen, in kleine Stücke schneiden und in einem Topf mit etwas Öl anschwitzen. Während des Anschwitzens salzen. Dann mit Sahne auffüllen und die Petersilienwurzel darin weich kochen. Je nach Bedarf mit etwas Brühe auffüllen. Die weich gekochten Petersilienwurzeln mit dem Stabmixer zu Püree mixen. Mit Salz und Pfeffer sowie der kalten Butter verfeinern.

Zutatenliste für die karamellisierten Cranberrys

2 EL Zucker | 250 g Cranberrys | etwas Balsamicoessig (weiß) | 1 Orange (unbehandelt) | etwas Portwein | 1 – 2 EL Preiselbeeren

Zubereitung der karamellisierten Cranberrys

1 Für die karamellisierten Cranberrys den Zucker in einem Topf karamellisieren und anschließend die Cranberrys dazu geben. Das Ganze mit etwas Balsamicoessig ablöschen. Den Orangenschalenabrieb dazu geben und mit Portwein auffüllen. Zum Schluss mit den Preiselbeeren – je nach Geschmack – abschmecken.

2 Die rosa gebratene Rehkeule tranchieren und mit dem Petersilienpüree, dem Mangold und den Cranberrys auf einem Teller anrichten.

Guten Appetit!



TVtouring
Fernsehen

täglich ab 18:00 Uhr
über Kabel und Satellit

alle Folgen von Frankens Gute Köche finden Sie auch unter: tvtouring.de/mediathek