

Rehrücken mit Sellerie und dreierlei Bete

Zutaten für die Bete (für 4 Personen):

- 2 Rote Bete
- 1 Gelbe Bete
- 1 Ringelbete
- Olivenöl
- 1 TL Butter
- Salz
- Pfeffer

Die Rote Bete ungeschält mit etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer einreiben, in Alufolie einwickeln und circa 1 Stunde bei 180 Grad im Ofen garen. Mit einem Messer hineinstechen um zu testen, ob sie gar ist. Anschließend die Rote Bete mit einem Messer abziehen oder schälen. In Würfel schneiden oder in grobe Segmente reißen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor dem Servieren in etwas Butter schwenken.

Die Ringelbete mit einem Sparschäler schälen und mit einem Hobel in dünne Scheiben schneiden. Flach nebeneinander auf einen Teller legen, mit etwas Olivenöl einpinseln und mit Pfeffer würzen. Die Ringelbete kurz marinieren.

Die Gelbe Bete schälen und mit einem Hobel in dünne Scheiben schneiden. In einem Topf mit 180 Grad heißem Fett frittieren und auf einem Teller mit Küchenpapier trocknen. Mit etwas Salz würzen.

Zutaten für die Selleriecreme:

- 1 Knollensellerie
- 1 kleine weiße Zwiebel
- 250 g Butter
- 100 ml Gemüsebrühe
- 1 Schuss Weißwein
- Salz
- Pfeffer

Die Knollensellerie mit einem Messer schälen und in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und ebenfalls in grobe Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf aufschäumen, bis sie leicht nussig riecht und die Zwiebelwürfel darin anschwitzen. Die Selleriewürfel hinzugeben, mit Gemüsebrühe oder einem Schuss Weißwein ablöschen und mit geschlossenem Deckel bei kleiner Hitze garen. Sobald die Knollensellerie weich ist, mit einem Stabmixer fein pürieren und mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

Zutaten für den Brokkoli:

- 600 g wilder Brokkoli
- alternativ: 600 g Brokkoliröschen
- Salz
- Pfeffer

Den Brokkoli säubern und in einem Topf mit wenig Salzwasser bissfest blanchieren. Kalt abschrecken. In Butter scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zutaten für den Rehrücken:

- 1 kg schierer Rehrücken
- alternativ: 1 kg Hirschrücken
- 5 Stängel Thymian
- 3 kleine Würfel Butter
- Salz
- Pfeffer

Den Rehrücken in einer heißen Pfanne in Pflanzenöl von beiden Seiten scharf anbraten und bei 180 Grad im Ofen circa 7-9 Minuten (je nach Größe und Durchmesser des Fleisches) garen. Den Rehrücken für 5 Minuten auf einem Brett ruhen lassen. Die Butter in der Pfanne aufschäumen und Wacholder sowie Thymian hinzugeben. Den Rehrücken mit den Kräutern noch einmal kurz in der Pfanne braten und danach aufschneiden.

Zutaten für die Soße:

- 50 g Trüffelpaste
- 100 ml Rotwein
- etwas Speisestärke
- Salz
- Pfeffer

Den Bratensaft vom Rehrücken mit Rotwein ablöschen (die Kräuter darin lassen), kurz reduzieren und eventuell mit Stärke binden. Zum Schluss die Trüffelpaste hinzugeben und die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sendung/Quelle: Mein Nachmittag

Letzter Sendetermin: 17.01.2019

Koch/Köchin: Jan Philip Stöver

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen