

...die Kochsendung im OK Weinstraße

Rezept zu Sendung #36

mit Adèle und Michael Hebel, Restaurant "Zur alten Käferei", Gleisweiler

Weihnachtliche Frühlingsrolle gefüllt mit Putenfleisch, Äpfel, Zwiebeln und Walnüssen an Rotkraut-Kräutersalat und einer Preiselbeeren- Chutney

Rezept: für 4 Pers.

Zutaten für die Frühlingsrollen:

200 g Putenbrust (kleine Würfel)
80 g Zwiebeln
60 g Walnüsse
80 g Äpfel (Granny Smith)
4 Blatt Frühlingsrollenteig
Ingwer, Soy Sauce, Süße Chili Sauce

ca. 200 g Rotkraut
gemischte Kräuter (z.B. Kerbel,
Koriander und Basilikum)
Salz, Pfeffer, Olivenöl und Zitronensaft



Für die Frühlingsrollen werden zuerst alle Zutaten für die Füllung klein geschnitten und in einer Pfanne kurz angebraten. Die Masse wird mit Ingwer, Soy Soße und Chilli-Soße abgeschmeckt. Danach wird alles zum Abkühlen bei Seite gestellt.

Wenn die Füllung abgekühlt ist, werden die Teigblätter ausgebreitet, ca. 2 Esslöffel der Füllung auf das untere Drittel gegeben und gerollt. Die Kanten werden mit einem Kleister aus Mehl und Wasser verklebt. Die Rollen werden bei max. Temperatur in der Fritteuse ausgebacken.

Der Rotkohl wird in feine Scheiben geschnitten, mit etwas Salz ausgiebig geknetet und dann zusammen mit den Kräutern angemacht. Dazu werden Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Olivenöl zugegeben.

Für das Preiselbeerechutney werden

150 g frische Preiselbeeren
2 Esslöffel Preiselbeermarmelade
je 60 g Zwiebeln und Frühlingszwiebel
1/2 Zitrone (ausgepresst)

mit etwas Wasser aufgekocht und dann wie eine Marmelade eingekocht.
Am Ende wird mit frischer Chili, Salz, Pfeffer und Inger abgeschmeckt.

Rinderfilet Medaillons im Speckmantel mit Süßkartoffelpüree, Rosenkohl in Rahm und einer Rotweinreduktion

Zutaten:

720 g Rinderfilet
(ca. 90 g Medaillons)
8 Scheiben Speck
1 kg Süßkartoffel
400 ml Sahne
100 g Butter
600 g Rosenkohl
80 g Zwiebeln
500 ml Sahne
600 ml Rotwein
etwas Öl zum Braten
Salz, Pfeffer, Muskatnuss



Zuerst werden die Süßkartoffeln in leicht gesalzenem Wasser weich gekocht.
mit etwas Butter wird dann das Püree hergestellt und mit Salz, Pfeffer und wer mag etwas Muskatnuss abgeschmeckt.

Das Fleisch wird mit Speck umwickelt, gewürzt und kurz in der Pfanne angebraten. Dann wird der Backofen auf 180!C vorgeheizt, während das Fleisch zum Ruhen in eine Bratform gelegt wird. Während der Ruhezeit das Fleisch mehrfach wenden.

Kurz im Ofen fertig garen.



Der Rosenkohl wird geputzt und in Salzwasser gekocht.
Anschließend abgießen und aus Sahne, Butter, Zwiebeln eine Soße kochen, in die der fertig gegarte Rosenkohl kurz vor dem servieren zugegeben wird. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Rotwein Reduktion werden ca. 600 ml Rotwein eingekocht bis es dickflüssig wird. Beim Einkochen des Rotweines können sie auch etwas Zitronen Schale, Zwiebelabschnitte, ein Rosmarin Zweig, Salz, Pfeffer und einen Hauch Zimt zugeben werden. Danach durch ein feines Sieb passieren.

Viel Spaß beim Nachkochen!

Eure

Adéle und Michael Hebel

