

REZEPT VON ENRICO

Sendung vom 29.03.2025

Fischsuppe mit Forellenfilet und Croûtons

* * *

Rinderfilet am Stück gegart mit Herzoginnenkartoffeln und buntes Pfannengemüse an einer Pilzrahmsauce

* * *

Bayrische Crème auf Himbeerspiegel

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: FISCHSUPPE MIT FORELLENFILET UND CROÛTONS

Fischsuppe mit Forellenfilet

40 g Schalotte
70 g Rüebli
70 g Peterliwurzel
50 g Lauch
1 EL Pflanzenöl
200 ml Weisswein
500 ml Fischfond
10 Forellenfilets
Salz, Pfeffer

Schalotte, Rüebli, Peterliwurzel und den Lauch schälen und in kleine Stücke schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin anschwitzen. Mit dem Weisswein ablöschen und auf die Hälfte einköcheln lassen. Den Fischfond dazugeben und 15 Minuten köcheln lassen. Die Suppe pürieren und durch ein Sieb passieren.

Die Suppe zurück in den Topf geben und nochmals erhitzen. Den Rahm dazugeben und nach Belieben würzen. Die Forellenfilets dazugeben und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Croûtons

Brot in kleine Stücke schneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl leicht anbraten.



HAUPTGANG: RINDERFILET AM STÜCK GEGART, HERZOGINNENKARTOFFELN UND BUNTES PFANNENGEMÜSE AN EINER PILZRAHMSAUCE

Rinderfilet am Stück gegart

1 kg Rinderfilet
2 EL Rapsöl
3 Thymianzweige
1 Knoblauchzehe, gepresst
20 g Butter
Salz

Das Rinderfilet mit Salz gut würzen. In einer Pfanne das Öl erhitzen und das Fleisch auf jeder Seite 1-2 Minuten scharf anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und auf ein Gitter legen.
Die Butter in einer Pfanne zum Schmelzen bringen und die Thymianzweige und den Knoblauch darin schwenken und anschliessend über das Fleisch giessen.
Das Fleisch im auf 80 °C vorgeheizten Ofen (Ober-/ Unterhitze) niedergaren, bis die Kerntemperatur 48-54 °C erreicht hat.

Herzoginnenkartoffeln

450 g mehligkochende Kartoffeln
20 g Butter, geschmolzen
2 Eigelb
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Die Kartoffeln schälen, kochen und ausdampfen lassen. Die Kartoffeln stampfen und die geschmolzene Butter dazugeben. Ein Eigelb daruntermischen und nach Belieben würzen.
Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech die Formen spritzen. Die Herzoginnenkartoffeln mit Eigelb bestreichen.
Bei 180 °C Ober-/ Unterhitze für ca. 10 Minuten backen bis sie goldgelb sind.

Buntes Pfannengemüse

1 Rüebli
1 Peperoni
1 Zucchetti
Salz, Pfeffer

Rüebli, Peperoni und Zucchetti waschen und alles in gleich grosse Streifen schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und das Gemüse darin etwas anbraten. Nach Belieben würzen.



Pilzrahmsauce

600 g gemischte Pilze

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

1 dl Weisswein

2 dl Gemüsebouillon

2 dl Rahm

Salz, Pfeffer

Die Pilze in etwas Butter anbraten und wieder aus der Pfanne nehmen. Die Schalotte und den Knoblauch andünsten und mit Weisswein ablöschen. Den Wein etwas einkochen lassen. Bouillon und Rahm dazugießen und sämig kochen bei starker Hitze. Pilze dazugeben und kurz mitkochen. Nach Belieben würzen.



DESSERT: BAYRISCHE CRÈME AUF HIMBEERSPIEGEL

Bayrische Crème

500 ml Milch
1 Vanillestange
170 g Zucker
4 Eigelb
6 Blatt Gelatine
500 ml Rahm

Den Rahm steifschlagen und kühlstellen.

Vanillestängel aufschneiden und das Mark auskratzen. Zusammen mit der Milch und der Hälfte des Zuckers kurz aufkochen. Die Eigelbe mit dem restlichen Zucker schaumig schlagen. Die Milchemischung unter ständigem Rühren in die Eigelb-Zuckermasse geben.

Die Masse über Wasserdampf bis zur Rose cremig abziehen.

Die Gelatine gemäss Anleitung einweichen und ausdrücken. Die flüssige Gelatine in die warme Masse geben und unter ständigem Rühren auflösen. Die Masse durch ein Sieb passieren und kalt rühren.

Den geschlagenen Rahm vorsichtig unter die Masse ziehen.

Himbeerspiegel

200 g Himbeeren
1 EL Zucker
1 EL Zitronensaft

Alles in einer Pfanne zum Kochen bringen und 2-3 Minuten köcheln lassen. Durch ein Sieb streichen und abkühlen lassen.