

## REZEPT VON PELIN

Sendung vom 28.03.2020

### **Roastbeef-Salat mit Tartarsauce, Rucola und Pinienkernen**

\* \* \*

### **Kaninchenkeule geschmort mit Safran- und Spargel-Risotto**

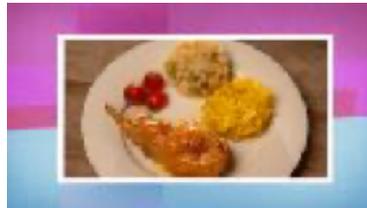
\* \* \*

### **Profiteroles mit Vanillecrème-Rahmfüllung, Schokoladenüberzug und Pistazien**

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





## **VORSPEISE: ROASTBEEF-SALAT MIT TARTARSAUCE, RUCOLA UND PINIENKERNEN**

### **Rucolasalat**

2 Bund Rucola  
50 g Parmesan  
12 Cherry-Tomaten  
30 g Pinienkerne  
Olivenöl  
Balsamico

Rucola waschen, trocken tupfen und auf Tellern anrichten. Parmesan mit einem Sparschäler zu Splitter hobeln und auf den Rucola verteilen. Pinienkerne kurz in einer Pfanne rösten, die Cherry-Tomaten halbieren und ebenfalls auf dem Rucola verteilen. Mit etwas Olivenöl und Balsamico beträufeln.

### **Roastbeef-Salat**

800 g Roastbeef  
1 Bund Rosmarin  
4 Knoblauchzehen  
Salz  
Pfeffer  
35 g Butter

Roastbeef auf jeder Seite etwa 1 Minute scharf anbraten. Das Fleisch in ein Ofengefäss legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hälfte des Rosmarins und den in Scheiben geschnittene Knoblauch unter das Fleisch legen. Auf das Fleisch die Butter und den Rest des Rosmarins und Knoblauchs verteilen. Bei 80°C in Ofenmitte bis zu einer Kerntemperatur von 55°C niedergaren. Roastbeef sofort für 20 bis 30 Minuten in eine Alufolie einpacken. Die Alufolie etwas öffnen damit das Fleisch nicht weiter gart, abkühlen lassen. Das Fleisch in dünne Scheiben geschnitten zusammen mit dem Rucolasalat anrichten.



## **Tartarsauce**

2 frische Eier  
2 TL Senf  
4 TL Zitronensaft  
1 TL Salz  
3 dl Sonnenblumenöl  
2 hartgekochte Eier  
5 Essiggurken  
0.5 Zwiebel  
1 EL Kapern  
2 EL Petersilie  
1 dl Weisswein  
1 EL Crème Fraîche

Frische Eier, Senf, Zitronensaft und Salz in einer Schüssel mit dem Schwingbesen verrühren. Öl unter ständigem Rühren anfangs tropfenweise, dann im Faden dazugiessen, bis eine dickflüssige Mayonnaise entsteht. Hartgekochte Eier und Gurke in Würfeli schneiden, Zwiebel und Kapern fein hacken, Petersilie fein schneiden. Den Rest der Zutaten unter die Mayonnaise mischen, würzen. Tartarsauce in einer kleinen Schale zum Roastbeef-Salat servieren.



## **HAUPTGANG: KANINCHENKEULE GESCHMORT MIT SAFRAN- UND SPARGEL-RISOTTO**

### **Kaninchenkeule geschmort**

6 Kaninchenkeulen  
Fleischgewürz  
5 EL Olivenöl  
50 g Butter  
2 Zwiebeln  
4 Knoblauch  
3 Zweige Rosmarin  
1 Zweig Curry-Gewürz  
3 kleine Zweige Thymian  
3 Kartoffeln  
3 Karotten  
2.5 dl Weisswein  
4.5 dl Bouillon  
Salz  
Pfeffer  
Chiliflocken  
Maizena  
15 g Butter

Kaninchen mit Fleischgewürz würzen und in einem Schmortopf mit Olivenöl und Butter scharf anbraten, bis eine Kruste entsteht. Das Fleisch noch nicht komplett durchgekocht aus dem Topf nehmen. Feingehackte Zwiebel und in Scheiben geschnittener Knoblauch anbraten, Rosmarin, Curry und Thymian beifügen. In Würfel geschnittene Kartoffeln und in Scheiben geschnittene Karotten begeben und mitbraten. Fleisch wieder beifügen und mit Weisswein ablöschen. Bouillon dazugiessen bis das Fleisch komplett bedeckt ist. Nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken abschmecken. Die Temperatur reduzieren und auf niedriger Stufe für mindestens 4 Stunden schmoren. Das Fleisch sollte sich vom Knochen lösen. Flüssigkeit absieben und mit wenig Maizena und Butter zu einer Sauce verdicken.



### **Safran-Risotto**

1 grosse Zwiebel  
2 EL Olivenöl  
200 g Risotto-Reis  
2 dl Weisswein  
1 L Gemüse-Bouillon  
1 Päckchen gemahlener Safran  
Rahm  
40 g geriebener Parmesan

Zwiebel fein hacken und mit Olivenöl anbraten. Reis begeben und kurz mitbraten, mit Weisswein ablöschen. Sobald der Wein eingeht, nach und nach die Bouillon nachgiessen. Dazwischen mit Deckel zudecken. Kurz bevor der Reis al dente ist, den Safran unterrühren. Vor dem Servieren einen Schuss Rahm und den Parmesan beifügen.

### **Spargel-Risotto**

1 grosse Zwiebel  
200 g grüne Spargelspitzen  
2 EL Olivenöl  
200 g Risotto-Reis  
2 dl Weisswein  
1 L Gemüse-Bouillon  
Rahm  
40 g geriebener Parmesan

Zwiebel fein hacken und mit Olivenöl anbraten. Reis begeben und kurz mitbraten, mit Weisswein ablöschen. Sobald der Wein eingeht, 1 bis 2 dl Bouillon eingiessen. Die Spargelspitzen begeben. Nach und nach die Bouillon nachgiessen. Dazwischen mit Deckel zudecken. Kurz bevor der Reis al dente ist, einen Schuss Rahm und den Parmesan beifügen.



## **DESSERT: PROFITEROLES MIT VANILLECRÈME-RAHMFÜLLUNG, SCHOKOLADENÜBERZUG UND PISTAZIEN**

### **Profiteroles - Vanillecrème**

100 g Zucker  
60 g Maizena  
100 g Eigelb  
500 g Milch  
1 Vanilleschote  
2.5 dl Vollrahm

Zucker und Maizena mischen. Eigelb beifügen und mit dem Schwingbesen unterrühren, so dass keine Klümpchen mehr vorhanden sind. 50 g Milch nach und nach dazu rühren. Restliche Milch zusammen mit der längs aufgeschnittenen Vanilleschote in einem grossen Kochtopf aufkochen. Eine saubere Schüssel und Klarsichtfolie bereitstellen. Sobald die Milch kocht, diese langsam in die Eigelb-Mischung einrühren und mit einem Schwingbesen gut durchrühren, wieder in den Kochtopf zurückgeben. Die Crème nochmals unter ständigem und starkem Rühren erhitzen und bis kurz vors Kochen bringen, so dass sie dick wird und die gewünschte Konsistenz erhält. Optimal 80°C mit Kochthermometer messen. Die Crème darf nicht mehr kochen, ansonsten gerinnt das Eigelb. Ist die Crème bei 80°C, muss es schnell gehen. Die Vanillecrème in die bereitgestellte Schüssel geben und die Oberfläche sofort mit Klarsichtfolie bedecken, damit sich keine Haut bildet. Für mindestens drei Stunden im Kühlschrank auskühlen und fest werden lassen. Anschliessend nochmals aufschlagen, bis keine Klümpchen mehr vorhanden sind. Achtung: Sobald dieser Punkt erreicht ist, nicht mehr Weiterschlagen, da die Crème sonst zu weich wird und an Stabilität verliert. Den Rahm steifschlagen und unter die abgekühlte Vanillecrème rühren.

### **Profiteroles - Brandteig**

75 g Butter  
3 dl Milchwasser (halb/halb)  
0.5 TL Salz  
2 EL Zucker  
200 g Mehl  
5 Eier

In Stücke geschnittene Butter, Milchwasser, Salz und Zucker zusammen aufkochen, Hitze reduzieren. Mehl im Sturz beifügen und rühren, bis sich ein geschmeidiger Teig bildet. Leicht auskühlen lassen. Eier nacheinander unterrühren bis der Teig weich ist, aber nicht zerfließt. Teig in den Spritzsack füllen. 70 nussgrosse Häufchen auf das mit Backpapier belegte Blech spritzen. In der Mitte des auf 180°C vorgeheizten Ofens 15 Minuten backen. Ofentemperatur auf 150°C reduzieren, 10 bis 15 Minuten fertig backen, auskühlen lassen. Die Crème in den Spritzsack füllen, bis zum Gebrauch kühl stellen. Kurz vor dem Servieren die Füllung von unten in die Kugeln spritzen.



### **Schokoladenüberzug**

100 g weisse Schokolade

100 g Milkschokolade

100 g Zartbitterschokolade

30 g ungesalzene, gemahlene Pistazien

30 g ungesalzene, gehackte Pistazien

Schokolade-Sorten einzeln schmelzen und mit einem Löffel über die fertigen Profiteroles giessen. Mit Pistazien bestreuen.