

Gaumen Freude

EINE HANDVOLL BODENSEE



Rehrückenfilet mit einer Kruste von roter Hörri Bülle

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

320 g Rehrücken ohne Knochen,
küchenfertig
120 g rote Hörri Bülle, geschält und in
Würfel geschnitten
80 g Pflanzenöl
60 g Semmelbrösel
3/4 l trockener Rotwein
Thymian (von den Stielen gezupft)
Salz
Pfeffer
Zucker

ZUBEREITUNG

In 40 g Pflanzenöl die Hörri Bülle leicht Farbe nehmen lassen, etwas Zucker zugeben, karamellisieren lassen und mit 2/3 des Rotweines ablöschen, leicht mit Salz und Pfeffer würzen, weich garen.

Fleisch kurz abbrausen, mit Küchenkrepp trocken tupfen, mit Salz, Pfeffer und Thymian einreiben, in restlichem Pflanzenöl von allen Seiten anbraten.

Die gegarten Zwiebeln mit den Semmelbröseln und etwas Thymian mischen, auf das Fleisch geben und leicht andrücken; im vorgeheizten Backofen bei 175 °C in ca. 8-10 Minuten fertig garen (es sollte in der Mitte noch rosa sein).

Bratensatz vom Fleisch mit restlichem Rotwein ablöschen, etwas einreduzieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, zusammen mit dem Fleisch auf Tellern anrichten. Dazu passen Stampfkartoffeln oder Spätzle und Broccoli.

Restaurant Strandcafé Mettnau

Strandbadstraße 102 | D-78315 Radolfzell

Telefon +49 (0) 7732 16 50 | www.strandcafe-mettnau.de



WESTLICHER
BODENSEE

Konstanz-Bodensee-Hegau
in der Vierländerregion

www.bodenseewest.eu