

REZEPT VON MELANIE

Sendung vom 1.4.2017

Kartoffel-Lauchsuppe

* * *

Rindsfilet an Rotweinsauce Süßkartoffeln aus dem Ofen Kräutertomate

* * *

Orangentiramisu mit Grand Marnier und Zimt

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: KARTOFFEL-LAUCHSUPPE

1 Stange Lauch
3-5 Kartoffeln
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
ca. 30 g Butter
0.5 l Gemüsebrühe
Rahm nach Belieben
wenig Weisswein
Schnittlauch
Basilikumblätter

Butter erhitzen. Geviertelte Zwiebel und Knoblauch dazugeben und dünsten. Die Kartoffeln und den Lauch rüsten und kleinschneiden. Ebenfalls hinzugeben und nochmals leicht andünsten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und etwas Weisswein hinzugeben. Alles ca. 30 Minuten kochen lassen, pürieren und anrichten. Mit etwas Schnittlauch und/oder Basilikum dekorieren.



HAUPTGANG: RINDSFILET AN ROTWEINSAUCE, SÜSSKARTOFFELN AUS DEM OFEN, KRÄUTERTOMATE

Rindsfilet

5 Stücke à 180-200 g
wenig Öl
Salz
Pfeffer

Öl in der Bratpfanne erhitzen. Das Fleisch kurz darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die letzten 5 Minuten zu den Süsskartoffeln und Tomaten in den Ofen dazugeben.

Süsskartoffeln

5 Süsskartoffeln
Olivenöl
Gewürze nach Belieben

Die Süsskartoffeln rüsten und kleinschneiden. Auf einem Backblech verteilen und mit Olivenöl und Gewürzen nach Belieben würzen. Im auf 200°C vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille etwa 30 Minuten backen.

Tomaten

5 Tomaten
Rosmarin
Thymian

Die Tomaten der Länge nach halbieren. Auf ein Backblech legen und mit kleingehacktem Rosmarin und Thymian würzen.



Rotweinsauce

50 g Butter
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
4-5 Pfefferkörner
2 EL Tomatenmark
2 dl Rotwein
4-5 dl Kalbsfond
1 EL Zucker
Rosmarin
Thymian

Butter erhitzen, die kleingeschnittene Zwiebel und den Knoblauch dazugeben und andünsten. Pfefferkörner und Tomatenmark dazugeben und mitdünsten. Mit Rotwein ablöschen. Kalbsfond, Zucker, Thymian und Rosmarinstängel dazugeben und bis zur gewünschten Konsistenz kochen. Stängel entfernen und kleingeschnittenen Rosmarin und Thymian dazugeben.



DESSERT: ORANGENTIRAMISU MIT GRAND MARNIER UND ZIMT

4 Eier
100 g Zucker
5 Orangen
500 g Mascarpone
Zimt, nach Belieben
Löffelbiskuits
2 EL Zucker
Grand Marnier
wenig Kakao

Eigelb, Zucker und die Orangenschale rühren bis die Masse hell ist. Mascarpone dazugeben und nach Belieben mit Zimt würzen. Steifgeschlagenes Eiweiss darunterziehen und bis zum Weitergebrauch kühlstellen.

Die Orangen auspressen und den Saft mit 2 EL Zucker und Zimt kurz aufkochen. Dann abkühlen lassen.

Grand Marnier zum Saft geben. Die Löffelbiskuits im Saft tränken und in die Form legen. Die Hälfte der Masse darauf verteilen und den Vorgang nochmals wiederholen. Für 2 Stunden kühlstellen und vor dem Servieren etwas Kakao drüberstreuen.

Option: Zusätzliche Orangen filetieren und in der Hälfte des übrig gebliebenen Saftes 1 Stunde marinieren. Den restlichen Saft einkochen und damit den Teller dekorieren.