

Rindshohrücken - Würfeli an Cidre - Sauce

Man braucht für 4 Personen:

1 stk	Rindshohrücken
2 el	Sonnenblumenöl
1.5 dl	Rindsfond
150 gr	kochfeste Äpfel z.B Boskop wenig Zitronensaft
1 stk	kleine Schalotte
1 tl	Butter wenig Zucker
1.5 dl	Cidre de pomme (Apfelwein)
1.5 dl	Vollrahm Salz & Pfeffer Cayennepfeffer Ingwerpulver



Zubereitung:

Backofen samt Blech auf 80 Grad vorheizen. Fleisch in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Im heissen Öl rundum ca. 2 Minuten heiss anbraten.

Auf das vorgewärmte Blech legen und im Ofen 25 Minuten garen.

Den Bratensatz in der Pfanne in der das Fleisch angebraten wurde mit dem Fond ablöschen und zur Hälfte einkochen lassen. Beiseite stellen.

Die Äpfel schälen, entkernen und in kleine Würfelchen schneiden. Mit wenig Zitronensaft beträufeln. Schalotten fein hacken. Die Apfelwürfelchen und die gehackte Schalotte in Butter andünsten. Mit Zucker bestreuen und kurz weiterdünsten. Mit dem Cidre ablöschen.

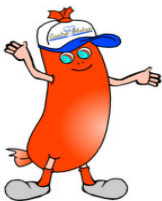
Den beiseite gelegten Fond und den Rahm dazugeben. Sauce sämig einkochen.

Mit Salz, Cayennepfeffer und Ingwerpulver abschmecken.

Fleischwürfelchen in die Sauce geben und sofort servieren.

Dazu passt: Spätzli, Teigwaren

Tipp: Viele Zutaten sind im Fabrikladen erhältlich.



Das Gastro-Metzg Team wünscht " en Guete "