

Sous-vide gegartes Onglet, Balsamico-Rotwein-Reduktion

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Onglets (Nierenzapfen) à 200 g Butter 2 Zweige Rosmarin
Meersalz Salz

Für die Reduktion:

1 Schalotte Kalte Butter Butterschmalz
80 ml Rotwein 50 ml Portwein 75 ml Rinderfond
40 ml Feigen-Balsamico 1 Zweig Rosmarin 2 Zweige Thymian
Muskatnuss Salz Kubeben-Pfeffer

Für den Stampf:

200 g Petersilienwurzel Milch 1 Bund glatte Petersilie
Muskatnuss Salz Kubeben-Pfeffer

Für die Zwiebeln:

1 gelbe Zwiebel Butterschmalz Mehl

Für die Garnitur:

Meersalz Kubeben-Pfeffer

Für das Fleisch:

Die Onglets putzen und von allen Seiten salzen.

Fleisch mit Rosmarin in einen Vakuumbbeutel geben und vakuumieren.

Beutel in den 65 Grad warmen Sous-Vide-Garer legen und 25 Minuten ziehen lassen. Dann das Fleisch aus dem Vakuumbbeutel nehmen und in einer heißen Pfanne mit Butter nachbraten. Vor dem Servieren mit Meersalz würzen.

Für die Reduktion:

Schalotte abziehen und in kleine Würfel. Schalottenwürfel mit Thymian und Rosmarin in Butterschmalz andünsten. Mit Rotwein und Portwein ablöschen, dann Rinderfond und Feigen-Balsamico zugeben. Sauce solange wie möglich reduzieren lassen. Dann die Reduktion durch ein feines Sieb abgießen und mit kalter Butter montieren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Stampf:

Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Petersilienwurzel schälen und in kleine Stücke schneiden. Stücke in den Topf geben und für 25 Minuten kochen. Petersilienwurzeln abgießen und im Topf zerstampfen. Mit Milch und Salz, Pfeffer, Muskatnuss abschmecken. Petersilie hacken und unter den Stampf heben und als Garnitur verwenden.

Für die Zwiebeln:

Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Ringe in Mehl wälzen. Pfanne mit Butterschmalz erhitzen und die Zwiebelringe darin goldgelb frittieren.
Zwiebelringe auf Küchenpapier entfetten.

Für die Garnitur:

Gericht vor dem Servieren mit Meersalz und Kubebenpfeffer würzen.

Ralf Baltruszat am 03. Februar 2025