

Heidschnucken-Rücken im Kräutermantel mit Frisée-Salat

Für zwei Personen

Für den Heidschnuckenrücken:

1 ausgel. Heidschnuckenrücken 1 Knoblauchzehe 1 Bund Petersilie

1 Bund Kerbel 1 kleines Bund Schnittlauch Öl, Salz, Pfeffer

Für die Herzoginkartoffeln: 350 g vorw. festk. Kartoffeln 2 Eier

1 EL Butter Muskatnuss, Salz

Für die Madeirasauce: 1 kleine Frühlingszwiebel 50 ml Madeira

50 ml trockener Rotwein 100 ml Rinderfond 1 EL Tomatenmark

10 g Butter Zucker, Salz Pfeffer

Für den Friséesalat: 100 g Friséesalat 1 Karotte

1 Apfel, z.B. Elstar 2 EL Walnusskerne 2 EL Ahornsirup

2 EL Weißweinessig 5 EL kaltgepresstes Rapsöl Salz, Pfeffer

Für den Heidschnuckenrücken: Einen Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze und einen zweiten Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Petersilie, Kerbel und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und vermischen. Fleisch salzen und pfeffern und in der Kräutermischung wälzen.

Knoblauch abziehen und halbieren. Öl in einer Pfanne erhitzen, den Knoblauch hineingeben. Fleisch in der Pfanne von allen Seiten anbraten.

Dabei dürfen die Kräuter nicht verbrennen. Fleisch anschließend im vorgeheizten Backofen bei 140 Grad bis zu einer Kerntemperatur von 62 Grad fertig garen.

Für die Herzoginkartoffeln: Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Abtropfen lassen und noch heiß durch eine Presse drücken. Eier trennen und die Eigelbe auffangen.

Ein Eigelb und die Butter untermengen und alles gut verrühren.

Kartoffelmasse mit Salz und Muskat abschmecken und in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Die Masse portionsweise auf das Backblech spritzen und dabei zu Rosetten formen. Die Rosetten mit dem restlichen Eigelb bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 10 Minuten goldbraun backen.

Für die Madeirasauce: Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die Frühlingszwiebeln zusammen mit dem Tomatenmark anbraten. Mit Rotwein, Madeira und Rinderfond ablöschen.

Reduzieren lassen, bis die Sauce sähmig ist. Mit Salz und Pfeffer, eventuell etwas Zucker abschmecken. Kurz vor dem Servieren eventuell mit kalter Butter aufmontieren, wenn die Sauce zu flüssig ist.

Für den Friséesalat: Friséesalat putzen, grob zupfen, waschen und trockenschleudern.

Walnusskerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. 1 EL Ahornsirup unterrühren, kurz aufkochen und die Nüsse auf einem Teller abkühlen lassen. Weißweinessig mit 1 EL Wasser, Salz, Pfeffer und 1 TL Ahornsirup verrühren. Nach und nach Rapsöl unterrühren.

Apfel vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Apfelwürfel mit der Vinaigrette mischen. Karotte schälen und mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden, alternativ Julienne schneiden. Zum gewaschenen Salat geben. Salat mit der Apfel-Vinaigrette mischen und mit den Walnüssen bestreut servieren.

Alissa Scheunemann am 25. April 2022