

# Reh-Rücken-Filet mit Winter-Salat und Cranberrys

**Für 4 Personen**

**Fleisch:**

|                      |              |                |
|----------------------|--------------|----------------|
| 320 g Rehrückenfilet | 1 EL Pfeffer | 1 EL Wacholder |
| 1 EL Piment          | 1 EL Ingwer  | Flockensalz    |

**Salat:**

|                         |                |                   |
|-------------------------|----------------|-------------------|
| 2 Radicchio             | 2 Chicorée     | 2 EL Sherry-Essig |
| 2 EL Crema di Balsamico | 2 EL Walnussöl | 3 EL Orangensaft  |

Salz, Pfeffer

**Birnen:**

|          |            |             |
|----------|------------|-------------|
| 2 Birnen | 1 EL Honig | 1 EL Butter |
|----------|------------|-------------|

**Cranberrys:**

|                  |              |          |
|------------------|--------------|----------|
| 350 g Cranberrys | 150 g Zucker | 1 Orange |
|------------------|--------------|----------|

Das Rückenfilet in 4 Medaillons schneiden. Pfeffer, Wacholder und schälen und reiben. Die Gewürze gut vermengen, dann die Filets in der Gewürzmischung wälzen. Anschließend etwas Salz auf die Filets streuen. Sonnenblumen- und Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Filets darin von allen Seiten wenige Minuten braten. Die Hitze nach dem Anbraten etwas reduzieren.

Die Filets sollten im Kern noch rosa sein. Ideale Kerntemperatur ist 52-56 Grad.

**Salat:**

Radicchio und Chicoree putzen, die Blätter abzupfen. Die Blätter auf vier kleine Teller verteilen. Orangensaft, Walnussöl und Essig nach und nach über die Blätter träufeln. Zum Schluss Pfeffer und Salz darüber streuen. Wer mag, kann die Vinaigrettezutaten auch verrühren.

**Birnen:**

Die Schale der Birnen zur Hälfte längs entfernen, sodass ein Streifenmuster entsteht. Die Birnen anschließend vierteln und entkernen. Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Birnen bei mäßiger Hitze etwa 3-4 Minuten braten. Dabei mehrmals wenden. Zum Schluss Honig über die Birnen träufeln und leicht bräunen lassen.

**Cranberrys:**

Cranberrys mit Zucker, Saft und der geriebenen Schale einer Orange in eine Küchenmaschinen-Schüssel geben. Den Behälter unbedingt abdecken. Mit dem Quirl oder Knethaken die Beeren mindestens 40 Minuten langsam rühren. Sie platzen nach und nach und bilden dann mit der Zeit eine grobe kaltgerührte Marmelade.

**Servieren:**

Rehmedaillons mit Birnen auf Teller geben. Je 1 kleine Portion Cranberrys auf Salatblättchen setzen und dazustellen. Den Salat separat servieren.

**Alternative Beilagen:**

Wer mag, kann zum Reh auch frische Feigen, Orangenfilets, Kumquats oder gebratene Kräuterspitlinge servieren.

Rainer Sass am 01. November 2019