SVG-Logo wird im PDF nicht unterstützt. Bitte laden Sie ein JPG- oder PNG-Logo in den Plugin-Einstellungen hoch.

E-Mail: info@gewuerzmuehle-rosenheim.de Tel: +49 8053 530 8384 Web: https://www.gewuerzmuehle-rosenheim.de/



Rehrücken | Süßkartoffelcreme | Cashews | Five Spice

Zubereitungszeit: 30 min

Kochzeit: 30 min

Gesamtzeit: 1 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 4 Personen

Für den Rehrücken:

600 g Rehrücken, ausgelöst, pariert

Etwas Butter

Etwas Salz

1 Esslöffel Five Spice / Fünf-Gewürze-Pulver

50 g Cashewkerne

Für die Süßkartoffelcreme

400 g Süßkartoffel, geschält, in grobe Würfel geschnitten

3 Teelöffel Cayenne Chili

400 ml Kokosmilch

15 g Essig

Etwas Salz

Für den Ananas-Fenchel-Sud:

1 Halbe(s) Ananas

1 Fenchelknolle

100 ml Holunderblütensirup

1 Limette, Abrieb und Saft

4 Stück(e) Sternanis, ganz

2 Stück(e) Zimtstangen

4 Teelöffel Speisestärke

Etwas Wasser

4 Stück(e) Kardamomkapseln, grün

Zubereitung Ananas-Fenchel-Sud:

1. Ananas und Fenchelknolle in feine Würfel schneiden. Den Fenchel in Olivenöl leicht braun anrösten, Ananas hinzugeben, mit einem Schuss Wasser abschrecken und im Holundersirup mit den Gewürzen bissfest garen.

2. Limettensaft und Abrieb hinzugeben, mit etwas Speisestärke binden, vom Herd nehmen und durchziehen lassen.

Zubereitung Süßkartoffelcreme:

1. Die Süßkartoffelwürfel in Kokosmilch aufsetzen und garen. Die Kokosmilch zur Hälfte abgießen und den Rest mit Essig, Cayenne Chili und etwas Salz fein pürieren.

Zubereitung Rehrücken:

1. Den Backofen auf 120 Grad vorheizen.

2. Den ausgelösten Rücken mit etwas Salz und Fünf-Gewürze-Pulver rundum würzen. Von beiden Seiten in brauner Butter etwa 2 Minuten anbraten.

3. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen. 2-3 Minuten ruhen lassen. Nach Bedarf nochmal mit etwas Five Spice Gewürzmischung final würzen.

4. Gemeinsam mit Süßkartoffeln und dem Ananas-Fenchel-Sud anrichten. Mit den Cashewkernen garnieren.