

Rezepte «SRF bi de Lüt – Landfrauenküche» 2015

Federlose Vögel, Emmen-Talerli und warme Cherrytomaten

Hauptgang von Esther Rindisbacher

Für 4 Personen

Für die Fleischvögel

- 4 Rindsplätzli à la minute (Rindshuft)
- 8 Tranchen Bratspeck
- 100 g Speckwürfeli
- 4 Tranchen Landrauchschinken
- 8 dünne Stäbchen Karotten
- 4 Stäbchen Lauch
- 4 Stäbchen Käse, rezent
- 4 Stäbchen Brot (z.B. Toastbrot)
- 1 Cantadou oder Boursin (Frischkäse)
- 1 Handvoll Pistazien, grob gehackt
- frische Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch) gehackt
- Salz und Pfeffer
- für die Sauce etwas Rahm und Cantadou oder Boursin

Für die Emmen-Talerli

- ca. 600 g Kartoffelstock (Reste vom Vortag)
- 1 Ei
- 1 EL Mehl
- 2-3 gehäufte EL Emmentaler-Käse (oder nach Belieben)
- Pfeffer, Salz

Für die Cherrytomaten

- ca. 20 Cherrytomaten, halbiert
- 4-5 Prisen Salz
- Rohrzucker
- etwas Olivenöl
- 5 Knoblauchzehen, halbiert
- 10 Zweiglein Thymian
- 2-3 Spritzer Balsamico

Zubereitung Fleischvögel

Die Speckwürfeli anbraten, Brotstäbchen und Pistazienkerne dazugeben und kurz mit anrösten.

Die Karotten und den Lauch im Wasser knapp weichkochen (oder blanchieren).

Die Rindsplätzli zwischen zwei Frischhaltefolien legen und flach klopfen. Das Fleisch innen und aussen leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Auf der Innenseite mit Cantadou oder Boursin bestreichen. Mit Landrauchschinken belegen.

Je 2 Karotten-, 1 Lauch-, 1 Brot- und 1 Käsestäbchen auf die Plätzli legen. Die Pistazienkerne und die Speckwürfel auf die 4 Plätzli verteilen und alles satt einrollen.

Plätzli mit je 2 Specktranchen umwickeln.

Auf allen Seiten in der Bratpfanne anbraten und danach im auf 100°C vorgeheizten Ofen bis zum Servieren warmhalten.

Den Bratensatz mit etwas Rahm und Cantadou oder Boursin auflösen.

Zubereitung Emmen-Talerli

Alle Zutaten gut mischen und nach Belieben würzen. Mindestens ½ Stunde kühl stellen. Die Bratbutter in einer Bratpfanne erhitzen. Kartoffelmasse in kleinen Häufchen in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze zu goldgelben Talern ausbacken backen.

Zubereitung Cherrytomaten

Für die halbierten Cherrytomaten den Ofen auf 100 °C erhitzen. Die Tomaten mit der Schnittfläche nach oben in eine feuerfeste Form legen. Mit Olivenöl beträufeln und Salz bestreuen, etwas marinieren lassen. Etwas Rohrzucker und Balsamico darüber verteilen. Knoblauchzehen mit einem Messer zerdrücken und zwischen die Tomaten legen. Thymianzweige auf den Tomaten verteilen. Für 15 - 20 Minuten im Ofen garen lassen.

Anrichten

Fleischvögel, den Emmentalerli und Cherrytomaten auf einem Teller anrichten. Sauce dazu reichen.

Tipp: Anstatt Rindsplätzli à la minute können grosse Rindssaftplätzli für die Fleischvögel gefüllt werden. Diese werden in der Sauce 1 Stunde gegart.

Bei den Emmen-Talerli können Kräuter, kleine Gemüsegewürfel, Zwiebeln, Oliven oder getrocknete Tomaten zur Kartoffelmasse gegeben werden.