

## Rezepte «SRF bi de Lüt – Männerküche» 2019

# Rentierfilet an Portwein-Blaubeerensauce mit Topfenzizokel und Wirzköpfli

Hauptgericht von Andreas Roos

Für 4 Personen

### Topfenzizokel

- 200g Mehl
- 5g Salz
- wenig Pfeffer
- 200g Magerquark
- 72g Ei (2-3Stck.)

Mehl, Salz und Pfeffer in eine Teigschüssel geben und gut mischen. Im Mehl mit der Kelle eine Vertiefung bilden. Magerquark und Ei in die Vertiefung geben und mit der Kelle von der Mitte her mischen. Gut mischen, bis ein glänzender, glatter Teig entstanden ist.

In einer grösseren Pfanne Wasser aufkochen, ½ TL Salz zugeben. Nun den Zizokelteig portionenweise auf ein kalt abgspültes Rüstbrett geben und mit einem Teigschaber ins kochende Wasser schaben. Ziehen lassen, bis die Zizokel an die Wasseroberfläche kommen. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser ziehen, abtropfen lassen und in eine Schüssel geben. So weiter verfahren, bis der Teig aufgebraucht ist. Bis zum Anrichten warm stellen.

### Rentierfilet

- 600g Rentierfilet
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- 5 dl Portwein
- 1 dl Orangensaft
- 1-2 Zweige Rosmarin
- Blaubeeren
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- ½ dl Cognac

Den Backofen auf 80° Grad vorheizen.

Das Rentierfilet mit Haushaltspapier trocken tupfen und in eine feuerfeste Form legen. In den Backofen schieben und bei 80° Grad 60-70 Min. niedergaren.

In einer Pfanne Olivenöl und Butter erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch zugeben und glasig dämpfen. Mit Portwein und Orangensaft ablöschen, Rosmarin zugeben in einem Teesieb zugeben. Die Sauce aufkochen und dann bei mittlerer Hitze auf die Hälfte reduzieren. Blaubeeren zugeben und weitere 5-10 Min. köcheln lassen. Würzen und abschmecken.

In einer Bratpfanne Olivenöl erhitzen. Rentierfilet aus dem Backofen nehmen, ins heisse Fett geben und rundum anbraten. Die Ventilation abstellen. Mit Cognac begiessen und flambieren.

### **Wirzköpfli**

- 1 Wirz
- 1-2 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- wenig Cognac
- wenig Gemüsefond

In einer Pfanne Wasser aufkochen, ½ TL Salz zugeben. Wirzblätter vom Storzen auslösen. Die Blätter portionenweise im kochenden Wasser 2 Min. blanchieren. Die Wirzblätter mit einer Schaumkelle aus dem Wasser ziehen und sofort in Eiswasser abkühlen lassen. Aus dem Eiswasser ziehen und auf einem Küchentuch zum Abtropfen auslegen.

Bei 8 grossen, schönen Wirzblättern den Storzen mit einem Messer auslösen. Die restlichen Wirzblätter in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Wirzstreifen zugeben kurz dämpfen, mit Cognac begiessen und flambieren, kurz köcheln lassen.

Ein Wirzblatt in den Glacekugel-Portionierer legen. Mit den gedämpften Wirzstreifen portionenweise füllen und dabei sehr gut pressen, mit dem Wirzblatt verschliessen (evtl. mit einem zweiten Blatt verschliessen, je nach Grösse). Jetzt das Köppli auf einen Teller stürzen. Mit den restlichen Blättern gleich verfahren. Am Schluss wenig Gemüsefond über die Wirzköppli verteilen, mit Folie bedecken und im Steamer 10 Min. oder 1-2 Min. in der Mikrowelle oder im Backofen bei 140° Grad 15 Min. garen.

### **Anrichten**

Topfenpizokel auf vorgewärmte Teller anrichten. Wirzköppli dazu anrichten. Das Rentierfilet in Tranchen schneiden und auf Topfenpizokel anrichten. Mit wenig Sauce nappieren.