

Rezepte «SRF bi de Lüt – Landfrauenküche 2020»

Appenzeller Braten mit brauner Zwiebel-Pilz-Rüebli-sauce, Kartoffelstock und Ofen-Zucchetti

Rezept von Marianne Dietrich
für 4 Personen

Appenzeller Braten

- 500g falsches Schweinsfilet
- ½ EL Fleischgewürz
- 75g Appenzeller Mostbröckli, in feine Streifen geschnitten
- 175g Kalbsbrät
- 20g Lauch, fein geschnitten
- 150g Frühstückspeck

Falsches Schweinsfilet vom Metzger in der Mitte aufschneiden lassen und steakern lassen.

Den Backofen auf 130° Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Falsches Schweinsfilet flach austreichen und mit Fleischgewürze einreiben.

Appenzeller Mostbröckli, Kalbsbrät und Lauch in eine Schüssel geben. Gut mischen. ½ der Kalbsbrätmasse auf das falsche Schweinsfilet geben und gleichmässig verteilen. Das falsche Schweinsfilet satt aufrollen.

Frühstückspeck auf einem Backreinpapier satt auslegen. ½ Kalbsbrätmasse darauf verteilen. Das aufgerollte, falsche Schweinsfilet darauf legen und mit dem Frühstückspeck satt umwickeln. Den Appenzeller Braten evt. mit Bratenschnur binden und dann in eine feuerfeste Form legen.

Braten: die Gratinform in den vorgeheizten Backofen schieben. Den Appenzeller Braten bei 130° Grad 1 ¾ Stunden garen lassen.

Braune Zwiebel-Pilz-Rüebli-Sauce

- 10g Butter
- 1/2 Zwiebel, fein geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- 1 Rüebli, in Rondellen geschnitten
- 3 Champignons, in feine Scheiben geschnitten
- 1dl kräftigen Rotwein

- 1-2 EL Bratensauce
- 2dl Wasser
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 kleinen Rosmarinzweig

Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch zugeben und glasig dämpfen. Champignons und Rübli zugeben und glasig dämpfen. Mit Rotwein ablöschen. Aufkochen lassen und dann bei mittlerer Hitze leicht köcheln lassen. Wasser und Bratensauce zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rosmarinzweig dazulegen und die Sauce $\frac{3}{4}$ Stunden köcheln lassen.

Kartoffelstock

- 800g mehlig kochende Kartoffeln, geschält, in Würfel geschnitten
- $\frac{1}{2}$ TL Salz
- 275g Milch, lauwarm
- 25g Butter
- 1 Pr Muskatnuss
- 1 Pr Streuwürze
- $\frac{1}{4}$ TL Maggigewürz

Kartoffelwürfel in eine Pfanne geben, mit Wasser bedecken und Salz zugeben. Aufkochen und dann bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. gar kochen. Die Kartoffelwürfel in ein Salatsieb abgiessen, zurück in die Pfanne geben und mit dem Kartoffelstampfer gut stampfen. Lauwarme Milch und Butter zugeben. Mit dem Schwingbesen gut mischen. Muskatnuss, Streuwürze und Maggigewürz zugeben und abschmecken.

Ofen-Zucchetti

- 2-3 Zucchetti, waschen und in Rondellen schneiden
- 100g Crème fraîche
- 75g Rahm
- $\frac{1}{4}$ TL Streuwürze
- 2 Pr Salz
- 1-2 Pr Pfeffer aus der Mühle
- 50g Schwägalpkäse, gerieben

Den Backofen auf 130° Grad vorheizen. Eine feuerfeste Form bereit stellen.

Crème Fraîche, Rahm, Streuwürze, Salz und Pfeffer mischen. Die Hälfte in die feuerfeste Form geben. Die Zucchini-Rondellen dazu geben und gleichmässig verteilen. Die Restliche Flüssigkeit darüber verteilen. Mit geriebenem Säntiskäse bestreuen.

Backen: die feuerfeste Form in den Backofen schieben. Die Zucchini bei 130° Grad Ober- und Unterhitze 45 Min. backen lassen.

Garnitur

- 1-2 Zweige Cherrytomaten
- 4 Mini Rüeblen

Das Gemüse waschen und in eine feuerfeste Schale legen. Im Steamer bei 100° Grad 15 Min. dämpfen.

Anrichten

Appenzeller Braten mit einem scharfen Fleischmesser in Tranchen schneiden. Mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern einen Saucenspiegel bilden. 2-3 Tranchen Appenzeller-Braten dazulegen. Kartoffelstock dazu dressieren. Ofen-Zucchini dazu anrichten und mit Cherrytomate und Mini-Rüeblen ausgarnieren.