



Rezepte der Sendung vom 30. April 2012 - «Kabierfleisch»

Für 4 Personen

Niedergegartes Siedfleisch mit Kräuterkruste (von Maria Dähler)

Siedfleisch:

ca. 1 kg Siedfleisch
Salz, Pfeffer
3 Knoblauchzehen
3 EL Bratbutter

Siedfleisch ca. 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen, würzen. Nach Belieben mit Knoblauch spicken oder Knoblauch pressen und Fleisch damit einreiben. Öl in einer Pfanne erhitzen, Fleisch rundum ca. 9 Min. anbraten, auf eine vorgewärmte Platte legen.

Niedergaren: ca. 6 Stunden in der Mitte des auf 80 Grad vorgeheizten Ofens.



Kräuterkruste:

1 EL Bratbutter
1 Bund Petersilie, gehackt
1 Bund Schnittlauch, geschnitten
wenig Basilikum oder Salbei, geschnitten
2 Knoblauchzehen, gepresst
40 g Paniermehl
1 EL grobkörniger Senf

Bratbutter in derselben Pfanne erhitzen, Kräuter und Knoblauch kurz andünsten. Paniermehl begeben, mischen. Fleisch mit Senf bepinseln, Kräutermischung darauf verteilen.

Überbacken: ca. 10 Min. bei 220 Grad.

* * *



Bierrettich-Apfel-Salat mit frischem Brezel-Streusel (von Ivo Adam)

Zubereitungszeit: ca. 20 Min. / Marinieren: ca. 1-2 Std.

Rettich-Apfel-Salat:

- 1 TL Senfkörner
- 3 EL Weizenbier
- 2 EL Apfelessig
- 2 EL Rapsöl
- ½ TL Fleur de Sel
- wenig Pfeffer
- 1 Rettich
- 2 Äpfel
- 1 Frühlingszwiebel, in feinen Ringen

Brezel-Streusel:

- 2 grosse Brezeln (je ca. 150 g)
- 20 g Butter
- Fleur de Sel, nach Bedarf
- Pfeffer

Zum Fertigstellen:

- 1 Bund glattblättrige Petersilie
- ca. 100 g Hüttenkäse

Senfkörner mit allen Zutaten bis und mit Pfeffer in einer Schüssel gut verrühren. Die Hälfte des Bierrettichs und die Äpfel in Würfeli schneiden, zusammen mit den Zwiebelringen in die Schüssel geben, alles mischen. Ca. 1 Std. im Kühlschrank marinieren.

Restlichen Bierrettich in Scheiben schneiden und mit einer Guetzli-Form Rondellen ausstechen.

Brezeln an der Käseraffel fein reiben, evtl. durch ein Sieb streichen. Brösel in der Butter rösten, würzen. Salat anrichten, Petersilie darüber zupfen, mit Brezel-Streusel und Hüttenkäse servieren.

Tip: für die Vinaigrette können statt Senfkörner auch Mohnsamen, Leinsamen oder Sonnenblumenkerne verwendet werden.