

Rezepte «SRF bi de Lüt – Männerküche 2016»

Kartoffelstock nach Mutter Art mit Kaninchenschlegel aus einer «Beize» nach Bertas Art, umrahmt mit einem Gemüsebouquet

Hauptgang von Rolf Gisler
(4 Personen)

Beize

- 4 Kaninchenschlegel
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 Zwiebel, grob gehackt
- Pfeffer
- Nelken
- 2-3 Knoblauchzehen, halbiert
- 2 Lorbeerblätter
- 100 g Lauch, fein geschnitten
- 5-7 dl Weisswein, z.B. Heida

Die Kaninchenschlegel mit Haushaltspapier trocken tupfen. Mit Pfeffer gut würzen und in eine Form (mit passendem Deckel) legen. Die Zwiebeln, Nelken, Knoblauch, Lorbeerblätter und Lauch über die Kaninchenschlegel verteilen. Mit Weisswein bedecken. Das Fleisch zugedeckt während dreier Tage in der Beize ziehen lassen.

Das Fleisch aus der Beize nehmen und gut abtropfen lassen. Die Beize in eine Pfanne geben und aufkochen lassen und 2-3 Min. köcheln lassen, den Schaum abschöpfen und absieben.

Fleisch

- 2-3 EL Bratbutter
- Salz
- Paprika
- Pfeffer
- 4 dl Fleischbouillon
- 1 EL Butter, weich
- 1 EL Mehl

In einer Bratpfanne die Bratbutter schmelzen lassen, die Kaninchenschlegel zugeben und kräftig anbraten. Danach in einen Bräter legen. Mit Salz, wenig Paprika und Pfeffer würzen. Die Beize zum Bratenfond geben, aufkochen und auflösen lassen. Den Fond auf die Hälfte einkochen lassen. Fleischbouillon und die Mehlbutter (Butter und Mehl zusammen vermischen) zugeben und die Sauce abschmecken. Den Fleischfond über die Kaninchenschlegel giessen und bei kleiner Hitze 1 ½ Stunden ziehen lassen.

Kartoffelstock

- 800 g Kartoffeln, mehlig kochend
- 7 dl Gemüsebouillon
- Salz
- 10 g Butter
- 1 dl Rahm
- Muskatnuss

Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden. In einer Pfanne die Gemüsebouillon aufkochen und Salz zugeben. Die Kartoffelwürfel zugeben und bei mittlerer Hitze gar kochen. Die Gemüsebouillon in einen Becher abgiessen und auf die Seite stellen. Die Kartoffeln in der Pfanne abdampfen lassen und dann mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Butter und Rahm zugeben und mit dem Schwingbesen verrühren. Während des Weiterrührens langsam so viel Gemüsebouillon zugeben, bis der Kartoffelstock die richtige Konsistenz hat. Es muss eine luftige, geschmeidige Masse entstehen, die ganz viel gerührt werden muss. Anfänglich mit dem Schwingbesen, dann mit der Holzgabel rühren und auf kleiner Garstufe wärmen lassen. Mit Muskatnuss abschmecken.

Gemüsebouquet

- 400 g Brokkoli
- 1 ½ dl Gemüsebouillon
- 10g Butter

Die Brokkoli waschen und in gleichmässig grosse Röschen schneiden. Diese in eine Pfanne geben, die Gemüsebouillon zugeben und aufkochen lassen. Knapp gar köcheln lassen, die Bouillon abgiessen und die Brokkoliröschen warm stellen.

Servieren

Kartoffelstock nochmals kräftig umrühren und schön auf vorgewärmte Teller dressieren. Mit der Sauce einen Saucenspiegel bilden, den Kaninchenschlegel darin anrichten und den Brokkoli dazu anrichten. Die restliche Sauce in einer vorgewärmten Saucière auf den Tisch stellen.