

Rezepte «SRF bi de Lüt – Landfrauenküche 2017»

Hochlandrindsfilet mit Gnocchi und Rüeblinudeln

Hauptgericht von Nicole Tanner

Für 4 Personen

Hochlandrindsfilet

- 600 g Filet vom Hochlandrind
- Streuwürze
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 3 Salbeiblätter
- 2 Zweige Thymian
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 Zwiebel, geviertelt
- 1 - 2 Knoblauchzehen, geviertelt
- 2 - 3 EL Bratfett

Das Hochlandrindsfilet am Abend vor der Zubereitung mit Streuwürze, Salz und Pfeffer würzen. In einer feuerfesten Form mit Thymianzweigen, Rosmarinzweigen, Zwiebel- und Knoblauchvierteln ein Beet machen. Das Hochlandfilet darauflegen und mit Kräutern bedecken. Mit einer Alufolie bedecken und über Nacht bei Zimmertemperatur marinieren lassen.

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Eine feuerfeste Form und vier Teller mitwärmen.

In einer Bratpfanne das Bratfett erhitzen. Das Hochlandrindsfilet zugeben und rundum anbraten. In die vorgewärmte, feuerfeste Form legen und im Backofen bei 80 Grad 2 Stunden garen.

Spinatgnocchi

- 190 g Kartoffeln, geschält, in Würfel geschnitten
- ½ TL Salz
- 150 g Mehl
- 130 g Spinat, frisch, gehackt oder gefrorener Hackspinat, angetaut
- 1 TL Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 Messerspitze Muskatnuss, gemahlen
- 30 g Hartkäse, gerieben (z.B. Greyerzer oder Sbrinz)
- 30 g Butter

Anmerkung: Die Kartoffeln für die Spinat- und Kartoffelgnocchi können auch als Schalenkartoffeln im Steamer zubereitet werden. Nach dem Garen schälen und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Dann den Rezepten folgen.

Kartoffelwürfel in eine Pfanne geben, mit Wasser bedecken und Salz zugeben. Aufkochen und bei mittlerer Hitze garen. Das Wasser abgiessen und die Kartoffeln in der Pfanne ausdampfen lassen. Mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken.

Das Mehl auf die Ablage geben und in der Mitte eine Vertiefung bilden. Kartoffelstampf, Spinat, Salz, Pfeffer, Muskatnuss und geriebenen Käse zugeben, mischen und zusammenfügen. Sollte der Teig zu feucht sein, noch wenig Mehl dazugeben und einarbeiten. Den Spinatgnocchi-Teig in eine Schüssel geben, mit einem Küchentuch bedecken und mindestens 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Den Spinatgnocchi-Teig in Portionen zu Rollen formen. Diese mit einem leicht bemehlten Messer in gleichmässig grosse Gnocchi schneiden.

In einer grossen Pfanne 2 - 3 l Wasser aufkochen. ½ TL Salz beifügen. Die Spinatgnocchi zugeben und bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis sie an die Wasseroberfläche kommen. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser ziehen, abtropfen lassen und in einer vorgewärmten Schale bereitstellen.

Kurz vor dem Anrichten, Butter in einer Pfanne erhitzen, Spinatgnocchi zugeben und 2 - 3 Min. darin schwenken. Evtl. mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kürbisgnocchi

- 250 g Kürbis mit Schale, in 1 - 2 Schnitze geschnitten
- 95 g Mehl
- 1 TL Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 20 g Parmesan, gerieben
- 30 g Butter

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Die Kürbisschnitze darauf verteilen und in den Backofen schieben. 50 Min. backen. Das Backblech aus dem Backofen nehmen und sobald wie möglich mit einem Esslöffel das Fruchtfleisch aus den Kürbisschnitzen auslösen.

Das Mehl auf die Ablage geben und in der Mitte eine Vertiefung bilden. Kürbisfleisch, Salz, Pfeffer und geriebenen Käse zugeben, mischen und zusammenfügen. Sollte der Teig zu feucht sein, noch wenig Mehl dazugeben und einarbeiten. Den Kürbisgnocchi-Teig in eine Schüssel geben, mit einem Küchentuch bedecken und mindestens 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Den Kürbisgnocchi-Teig in Portionen zu Rollen formen. Diese mit einem leicht bemehlten Messer in gleichmässig grosse Gnocchi schneiden.

In einer grossen Pfanne 2 - 3 l Wasser aufkochen. ½ TL Salz zugeben. Die Kürbisgnocchi zugeben und bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis sie an die Wasseroberfläche kommen. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser ziehen, abtropfen lassen und in einer vorgewärmten Schale bereitstellen.

Kurz vor dem Anrichten, Butter in einer Pfanne erhitzen, Kürbisgnocchi zugeben und 2 - 3 Min. darin schwenken. Evtl. mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kartoffelgnocchi

- 300 g Kartoffeln, geschält, in Würfel geschnitten
- ½ TL Salz
- 150 g Mehl
- 1 Ei, aufgeschlagen
- 1 TL Salz
- 1 Messerspitze Muskatnuss, gemahlen
- 30 g Hartkäse, gerieben (z.B. Greyerzer oder Sbrinz)
- 30 g Butter

Kartoffelwürfel in eine Pfanne geben, mit Wasser bedecken und ½ TL Salz zugeben. Aufkochen und bei mittlerer Hitze garen. Das Wasser abgessen und die Kartoffeln in der Pfanne ausdampfen lassen. Mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken.

Das Mehl auf die Ablage geben und in der Mitte eine Vertiefung bilden. Kartoffelstampf, Ei, Salz, Muskatnuss und geriebenen Käse zugeben, mischen und zusammenfügen. Sollte der Teig zu feucht sein, noch wenig Mehl dazugeben und einarbeiten. Den Kartoffelgnocchi-Teig in eine Schüssel geben, mit einem Küchentuch bedecken und mindestens 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Den Kartoffelgnocchi-Teig in Portionen zu Rollen formen. Diese mit einem leicht bemehlten Messer in gleichmässig grosse Gnocchi schneiden.

In einer grossen Pfanne 2 - 3 l Wasser aufkochen. ½ TL Salz zugeben. Die Kartoffelgnocchi zugeben und bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis sie an die Wasseroberfläche kommen. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser ziehen, abtropfen lassen und in einer vorgewärmten Schale bereitstellen.

Kurz vor dem Anrichten, Butter in einer Pfanne erhitzen, Kartoffelgnocchi zugeben und 2 - 3 Min. darin schwenken. Evtl. mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Cabernet Dorsa-Sauce (Rotwein)

- 20 g Butter
- ½ Zwiebel, fein geschnitten
- 1 EL Mehl, Zwiebeln damit bestäuben
- 1 EL Tomatenpüree
- 3 dl Cabernet Dorsa
- 2 dl Rindsfond
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 10 g Butterflöckli, kalt

Butter in einer Pfanne erhitzen. Bestäubte Zwiebeln zugeben und kurz anbraten. Tomatenpüree zugeben, umrühren und mit Cabernet Dorsa ablöschen. Den Wein auf die Hälfte reduzieren lassen. Dann den Rindsfond zugeben und noch einmal reduzieren lassen. Die Sauce absieben und kurz vor dem Servieren aufkochen, abschmecken und kalte Butterflöckli zugeben.

Rüblinudeln

- 20 g Butter
- ½ Zwiebel, fein geschnitten
- 3 - 4 grosse Rüebli, geschält und mit dem Sparschäler in Nudeln geschnitten
- ½ dl Gemüsebouillon
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

In einer Pfanne Butter erhitzen. Zwiebeln zugeben und glasig dämpfen. Rüblinudeln zugeben und kurz schwenken. Mit Gemüsebouillon abschrecken und mit Salz und Pfeffer würzen, danach sofort anrichten.

Anrichten

Gnocchi und Rüblinudeln auf den vorgewärmten Tellern anrichten. Mit der Cabernet Dorsa-Sauce einen Saucenspiegel bilden. Das Rindsfilet tranchieren und im Saucenspiegel anrichten.