

Zweierlei vom Jungrind mit Kräuterpolenta und Gemüse

lang - anspruchsvoll

Zutaten

•

• Beilage

- 1 l Gemüsesuppe
- 125 ml Schlagobers
- 1 Stück Rosmarinzwige
- 2 Stück Schalotten
- 1 Stück Thymianzweig
- 2 Stück Knoblauchzehe
- 250 g Polenta
- beliebig Parmesan
- beliebig Olivenöl
- beliebig frische Kräuter
- Salz
- Pfeffer, gemahlen

•

• Fleisch

- 500 g Jungrindfilet
- 2 Stück Jungrindbackerl
- 2 Stück Zwiebeln
- 3 Stück Karotten
- 2 Stück Petersilwurzeln
- 1/2 Stück Stangensellerie
- 1 Stück Knoblauchknolle
- 2 EL Tomatenmark
- 300 ml Roter Portwein
- 500 ml Rotwein
- 2 l Rindsuppe
- Pfeffer, gemahlen
- Salz

•

• Gemüse

- 200 g Hokkaidokürbis
- 2 Stück Knollenfenchel
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen



Zubereitung

Jungrindbackerl:

- Backerl salzen mit Öl in einem breitem Topf beidseitig goldbraun anbraten
- danach das Fleisch rausnehmen und das ganze Gemüse (in 2 cm Würfel geschnitten) braun rösten
- Tomatenmark dazugeben, kurz mitrösten und mit Rotwein und Portwein ablöschen
- Alkohol reduzieren lassen und mit Rindsuppe aufgießen
- das Jungrind zum Ansatz geben und mit dem Topf in den vorgewärmten Ofen (180°C) ca. 2 Stunden schmoren
- danach Sauce abseihen, abschmecken und binden
- das Fleisch portionieren und in die fertigen Sauce geben

Jungrindfilet:

- das Filet salzen, kurz und scharf auf allen Seiten anbraten
- ca. 5 min bei 160°C ins Backrohr geben
- bei 80°C 10 min ziehen lassen und danach anrichten

Kräuterpolenta:

- Gemüsefond, Sahne, Schalotten, Rosmarin, Thymian und Knoblauchzehen zusammen einmal aufkochen lassen, 10 Min. ziehen und wieder abseihen
- Polenta bei geringer Hitze dazugeben und 5 min bei ständigem Rühren köcheln lassen sobald eine cremige Konsistenz erreicht ist mit geriebenem Parmesan und ein wenig nativen Olivenöl verfeinern (Menge richtet sich nach dem persönlichem Geschmack)
- kurz vor dem Servieren die Kräuter fein hacken und dazugeben

Gemüse:

- Kürbis und Fenchel in Spalten schneiden mit Olivenöl, Salz, Pfeffer marinieren und auf ein Blech legen
- bei 160°C Heißluft ca. 20 min. backen