Zweierlei vom Jungrind mit Kräuterpolenta und Kürbis-Fenchelgemüse





Dauer: Aufwandig
Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen
Saison: Herbst
Für: 4 Personen
Verfasst von: Salzburg schmeckt

Zutaten

Rindsbackerl und Rindsfilet

2	Backerl vom Jungrind
500 G	Jungrindfilet
2	Zwiebeln
3	Karotten
2	Petersilwurzeln
1/2	Stangensellerie

1	Knoblauchzehe	
2 EL	Tomatenmark	
300 ML	Roter Portwein	
2 L	Rindssuppe	
	Salz	
	gemahlener Pfeffer	
Kräuterpolenta		
1 L	Gemüsesuppe	
125 ML	Schlagobers	
2	Schalotten	
1	Rosmarinzweig	
1	Thymianzweige	
2	Knoblauchzehen	
	Polenta	
	Hartkäse	
	kaltgepresstes Rapsöl	
	frische Käuter	
	Salz	
Kürbis-Fenchelgemüse		
200 G	Hokkaidokürbis	

2	Knollenfenchel
	Rapsöl
	Salz
	gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Rindsbackerl und Rindsfilet

- 1. Backerl salzen und mit Öl in einem breitem Topf beidseitig goldbraun anbraten.
- 2. Danach das Fleisch rausnehmen und das ganze Gemüse (in 2 cm Würfel geschnitten) braun rösten und Tomatenmark dazugeben, kurz mit rösten und mit Rotwein und Portwein ablöschen. Alkohol reduzieren lassen und mit Rindsuppe aufgießen.
- 3. Das Jungrind zum Ansatz geben und mit dem Topf in den vorgewärmten Ofen (180°C) ca. 2 Stunden schmoren.
- 4. Danach die Sauce abseihen, abschmecken und mit etwas Maisstärke oder Mehl binden.
- **5.** Das Fleisch portionieren und in die fertige Sauce geben.
- **6.** Das Filet salzen und kurz und scharf auf allen Seiten anbraten.
- 7. Da Filet für ca. 5 Minuten bei 160°C ins Backrohr geben und danach bei 80°C 10 Minuten ziehen lassen und anrichten.

Kräuterpolenta

- 1. Gemüsesuppe, Schlagobers, Schalotten, Rosmarin, Thymian und Knoblauchzehen zusammen einmal aufkochen lassen, 10 Minuten ziehen und wieder abseihen.
- 2. Polenta bei geringer Hitze dazugeben und 5 Minuten bei ständigem Rühren köcheln lassen.
- 3. Sobald eine cremige Konsistenz erreicht ist mit geriebenem Parmesan und ein wenig Rapsöl verfeinern.
- 4. Kurz vor dem Servieren die Kräuter fein hacken und dazugeben.

Kürbis-Fenchelgemüse

- 1. Kürbis und Fenchel in Spalten schneiden mit Öl, Salz, Pfeffer marinieren und auf ein Blech legen.
- 2. Bei 160°C Heißluft ca. 20 Minuten backen.