

Rehrückenfilet mit Baumnüssen

Barbara Lukesch, Zollikon: «Dieses Wildgericht ist so grossartig, weil es mit der Baumnussskruste und der Heidelbeersauce ganz anders ist als alles, was Sie kennen, und umwerfend gut schmeckt.»

Zutaten	Zubereitung
50 g Baumnüsse Je 4 Zweige Thymian und Rosmarin 1 Knoblauchzehe 25 g Paniermehl Je 40 g weiche Butter und Rapsöl Salz, Pfeffer, Öl 500 bis 600 g Rehrückenfilet Je 1 dl Rotwein und Portwein 1 dl Rindsfond 100 g Heidel- oder Blaubeeren Etwas Vollrahm	<ol style="list-style-type: none">1. Baumnüsse mittelfein hacken. Kräuter abzupfen und fein hacken. Knoblauch schälen und auspressen. Alle Zutaten mit dem Paniermehl, der Butter und dem Öl vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.2. Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.3. Fleisch in vier Stücke schneiden und salzen.4. Das Öl in der Bratpfanne erhitzen und die Filets auf jeder Seite 1 Minute anbraten. Fleischstücke in eine Gratinform geben.5. Bratensatz mit Rotwein und Portwein ablöschen und auf 1 dl einkochen. Fond dazugießen und alles auf 1,5 dl einkochen lassen6. Baumnussmasse auf den Fleischstücken verteilen und im Ofen 12 Minuten überbacken. Herausnehmen und 5 Minuten ruhen lassen.7. Blau- oder Heidelbeeren zur Sauce geben und nochmals 2 Minuten kochen lassen. Wenig Rahm dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.8. Das Fleisch mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Dazu passen zum Beispiel gebratene Spätzle, Broccoli, Rahmlauch und Marroni. Wer es gern süss hat, kann auch etwas Preiselbeer-Kompott dazugeben.