

Rinderbraten mit Feigen-Pinienkern-Champignon-Füllung

von Saziye Diener aus Schwarzerden

Für die Rinderbratenfüllung 1 Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Champignons putzen, trocken abreiben und vierteln. Die getrockneten Feigen ebenfalls vierteln. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und die Zwiebel mit den Pilzen, den Feigen und den Pinienkernen darin etwa 5 Minuten andünsten. Mit Salz, Pfeffer und 1 TL orientalischen Gewürzen würzen.

Für den Rinderbraten die restlichen Zwiebeln schälen, die Möhren und den Sellerie putzen und schälen. Das Gemüse in grobe Würfel schneiden. Den Backofen auf 170°C Umluft vorheizen. Das Fleisch ausrollen, mit dem Senf bestreichen, mit den restlichen orientalischen Gewürzen würzen und die Bratenfüllung darauf verteilen. Das Fleisch aufrollen und mit Küchengarn zusammenbinden.

Das restliche Olivenöl in einem Bräter erhitzen und den Rollbraten darin rundum anbraten. Das Gemüse hinzufügen und kurz mitdünsten. Die Lorbeerblätter und die Gewürznelken dazugeben und mit 1 Prise Salz würzen. Mit dem Wein ablöschen, 150 ml Wasser angießen und den Braten im Ofen auf der mittleren Schiene mit geschlossenem Deckel 1 1/2 Stunden garen.

Inzwischen für die Rosmarinkartoffeln die Kartoffeln mit der Schale gründlich waschen und längs vierteln. Den Rosmarin waschen, trocken schütteln und die Nadeln abstreifen. Die Kartoffeln auf einem Backblech verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rosmarin darüberstreuen. Das restliche Olivenöl darübertreuflern und die Rosmarinkartoffeln im Ofen auf der unteren Schiene etwa 35 Minuten mit dem Fleisch garen.

Für das Gemüse die Möhren putzen, schälen und längs vierteln. Die Zuckerschoten putzen und waschen. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und das Gemüse nacheinander bei mittlerer Hitze bissfest dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Feigen waschen und vierteln oder in Scheiben schneiden.

Den Braten aus dem Bräter nehmen und warm halten. Den Bratenfond durch ein Sieb in einen Topf gießen, die Sahne und die Crème fraîche dazugeben und die Sauce etwas einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Braten in Scheiben schneiden und mit der Sauce auf Teller verteilen. Die Rosmarinkartoffeln und das Gemüse daneben anrichten und mit den halbierten Feigen garnieren.

© Verlag Zabert-Sandmann/Andrea Kramp & Bernd Gölling



Zutaten für 4 Personen:

Für den Rinderbraten:

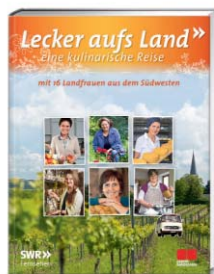
3 Zwiebeln, 100 g kleine Champignons, 100 g getrocknete Feigen, 2 EL Olivenöl, 50 g Pinienkerne, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 2 EL gemahlene orientalische Gewürze (Kardamom, Knoblauch, Koriander, Kreuzkümmel, Gewürznelken, rosenscharfes Paprikapulver, Zimt), 2 Möhren, 150 g Knollensellerie, 1 kg Rindfleisch (z.B. Bug, Keule; vom Metzger als Rollbraten zugeschnitten), 2 TL Senf, 2 Lorbeerblätter, 2 Gewürznelken, 150 ml Rotwein, 100 g Sahne, 100 g Crème Fraîche

Für die Rosmarinkartoffeln:

800 g festkochende Kartoffeln, 4 Zweige Rosmarin, 2 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Für das Gemüse:

4 große Möhren, 100 g Zuckerschoten, 1 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 2 frische Feigen



Das Rezept stammt aus
„Lecker aufs Land“
eine kulinarische Reise
ISBN 978-3-89883-367-7
Verlag Zabert-Sandmann, München,
€ 19,95 (D), € 20,60 (A), sFR 28,50