

Tipps und Wissenswertes für Verkäuferinnen

Schweinefilet

Schweinefilet ist das hintere, knochenarme Karree, aus dem man die heiß begehrten, mageren Filetkoteletts (Lummer-Kotelett) schneidet, die ein Stück des darunterliegenden Filets enthalten. Schweine filet wird entweder im Ganzen gebraten, beispielsweise mit Kräuterkruste oder in Scheiben geschnitten und dann als Kurzbratstück benutzt. Meist werden Medaillons aus dem Filet geschnitten.

Rinderfilet

Das heiß begehrte Filetfleisch des Rinds liegt unter dem Roastbeef. Da die Rückenmuskulatur weniger beansprucht wird, ist das Filet besonders zart und fein faserig. Aus diesem Stück werden die klassischen Steaks wie die etwa 200 g schweren Filetsteaks, oder das 400 g schwere Chateaubriand geschnitten. Einen Genuss der Extraklasse bieten Tournedo, Mignon und Medaillon, die kleinsten und feinsten Steaks. Die Filetspitze lässt sich, klein geschnitten, hervorragend für „Boeuf Stroganoff“ und Filetgulasch verwenden.

Würziger Schweinekrustenbraten

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

1 kg Schweinebraten mit Kruste
2-3 TL Schweinebraten-Gewürzsalz
10 Nelken, ganz,
2 EL Speiseöl, 1 Liter Brühe
1 Bund Suppengemüse
Salz, 50 ml Sahne
1-2 EL dunkler Saucenbinder
2-3 Msp. Kümmel, gemahlen

ZUBEREITUNG:

Den Braten trocken tupfen, mit einem scharfen Messer die Kruste rautenförmig einschneiden, mit Schweinebraten- Gewürzsalz einreiben und mit Nelken spicken. Öl in einem Backofen geeigneten Bräter erhitzen, Fleisch dazugeben und anbraten. Das Suppengemüse putzen, waschen, in Stücke schneiden, hinzufügen und andünsten. Brühe angießen, aufkochen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C etwa 90-120 Minuten (je nach Höhe des Bratens) schmoren (Gas Stufe 4, Umluft 180 °C). Den Braten etwa 15 Minuten vor Ende der Garzeit mit Salzwasser bestreichen, sodass die Kruste besonders knusprig wird, eventuell den Grill kurz zuschalten. Den Braten herausnehmen und die Sahne angießen. Sauce mit Saucenbinder andicken, mit Salz und Kümmel abschmecken und zu dem in Scheiben geschnittenen Braten servieren. Dazu passen Kroketten und Wirsing.

Schweinekotelett in Orangen-Honig-Sauce

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

2 Orangen, 2 EL Olivenöl
4 Schweinekoteletts (à 180 g)
Salz, Pfeffer
1 Beutel Gewürz für Schweinebraten
3 EL Honig
1 EL Crème fraîche

ZUBEREITUNG:

Eine Orange auspressen, die zweite Orange schälen, so dass die weiße Haut vollständig entfernt ist. Anschließend in Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch auf jeder Seite etwa 3 Minuten kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und herausnehmen. 350 ml Wasser und Orangensaft in die Pfanne gießen, Beutelinhalt Gewürz für Schweinebraten einrühren und unter Rühren aufkochen. Honig, Orangenscheiben und Crème fraîche dazugeben und erneut kurz aufkochen. Koteletts in die Sauce legen und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 2 Minuten erwärmen. Dazu schmecken Rosmarinkartoffeln.

Schweinerückensteaks mit Aprikosenkruste

ZUTATEN FÜR 3 PORTIONEN:

3 Schweinerückensteaks (à 150 g)
60 g getrocknete Aprikosen
10 g Pinienkerne, 1 Ei
3 EL Paniermehl
Paprikapulver
Salz, Pfeffer
2 EL Keimöl
1 Beutel Edelpilz Sauce
2 TL Aprikosenkonfitüre
1/4 TL Thymian

ZUBEREITUNG:

Für die Kruste die getrockneten Aprikosen hacken und mit Pinienkernen, Ei und Paniermehl mischen. Schweinerückensteaks mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer bestreuen. Kurz und scharf im heißen Keimöl anbraten und in eine Auflaufform legen. Die Kruste auf den Steaks verteilen und leicht andrücken. Steaks im vorgeheizten Backofen auf der zweiten Schiene von unten bei 200 °C (Umluft: 175 °C) etwa 15 Minuten garen. Edelpilz Sauce mit dem Schneebesen in 300 ml kaltes Wasser einrühren. Unter Rühren aufkochen und bei schwacher Hitze mit etwas geöffnetem Topfdeckel 10 Minuten kochen, dabei ab und zu umrühren. Sauce mit Aprikosenkonfitüre, Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken und zu den Steaks servieren. Dazu passen Mini-Knödel.

Gestürzter Nudelflan

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

400 g Rindfleisch (aus der Keule)
4 Nester (à 30 g) grüne Bandnudeln
1 Zwiebel
1 EL Butterschmalz
Salz, Pfeffer
Edelsüß-Paprika
1 EL Tomatenmark
500 ml Wasser
250 g Möhren
2 Eier, 4 EL Milch
geriebene Muskatnuss
2 EL Mehlschwitze dunkel
Zuckerschoten zum Garnieren
Fett

ZUBEREITUNG:

Nudeln in kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten garen, abtropfen lassen. Inzwischen Fleisch in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und in Spalten schneiden. Schmalz erhitzen. Fleisch und Zwiebeln darin kräftig anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Tomatenmark zufügen. Mit 250 ml Wasser ablöschen und zugedeckt 30 Minuten schmoren. Möhren schälen, in feine Scheiben schneiden. Übriges Wasser und Möhren zum Rindfleisch geben und 30 Minuten zu Ende schmoren. Nudeln, Eier und Milch vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. In 4 gefettete Förmchen (à etwa 150 ml Inhalt) füllen. In einen weiten Kochtopf mit siedendem Wasser setzen und 15-20 Minuten stocken lassen. Mehlschwitze in den Topf mit dem Rindfleisch einrühren und 1 Minute kochen. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Flan aus den Förmchen stürzen. Mit dem Rindertopf anrichten. Mit bissfest gegarten Zuckerschoten garniert servieren.

Senf-Kräuter-Filet im Blätterteig

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

4 Rinderfiletsteaks (à 150 g)

1 EL Öl, Salz, Pfeffer

1 Ei

5 Scheiben (à 45 g) Blätterteig

1 Bund Petersilie

1 Topf Thymian

3 EL Paniermehl

200 ml Rinderfond

3 EL Maille Dijon-Senf

100 g Schlagsahne

Feldsalat

Tomatenconcassé

Mehl

ZUBEREITUNG:

Blätterteigscheiben auftauen. Öl erhitzen und Steaks von jeder Seite 1-2 Minuten bei starker Hitze braten. Mit Salz und Pfeffer würzen, auf Küchenpapier abkühlen lassen.

Bratensatz aufbewahren. Kräuter waschen und hacken. 1 EL Kräuter beiseite legen. Übrige Kräuter, Paniermehl, Ei und 2 EL Dijon-Senf Originale mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Teigscheiben jeweils 25x15 cm groß ausrollen. Je 1 Klecks Farce darauf geben und je 1 Steak darauf setzen. Übrige Farce auf die Steaks verteilen. Teigländer mit Wasser bestreichen und dann zu kleinen Päckchen schlagen. Letzte Teigplatte etwas flacher rollen, Sterne ausstechen. Päckchen und Sterne mit verquirltem Eigelb bestreichen.

Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C / Umluft: 175 °C / Gas: Stufe 3) etwa 10 Minuten backen. Sterne herausnehmen, wenn sie goldbraun sind. Inzwischen Bratensatz erhitzen.

Mit Fond und Sahne ablöschen, 2 Minuten bei starker Hitze kochen.

Mit Salz, Pfeffer, zurückbehaltenen Kräutern und 1 EL Dijon-Senf abschmecken. Steaks mit Sauce, Feldsalat und Tomatenconcassé anrichten.

Dazu passen Herzoginkartoffeln.