



Dauer: Aufwändig

Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen

Saison: Ganzjährig

Für: 1 Personen

Verfasst von: Johann Binder

Zutaten

Fleisch

400 G Rinderfilet

200 G Rinderbackerl

120 ML Rinderfond

Salz

Pfeffer

Gemüse

200 G Kürbis

200 G Kohlrabi

2 EL Butter

120 ML Wasser

Olivenöl zum Anbraten

Schnittlauch zum Dekorieren

Rosmarin

Salz

Pfeffer

1 PRISE Muskatnuss

Nidei

1 KG mehlig-e Erdäpfel

400 G Dinkelmehl

2 TL Salz

1 PRISE Muskatnuss

4 Eidotter

2 EL Butterschmalz zum Braten

Zubereitung

1. Rindsfilet und Rinderbackerl zuputzen oder vom Metzger zugeputzt kaufen.
2. Die Backerl scharf anbraten und für 2 Stunden im Rinderfond dünsten.
3. Das Filet mit Pfeffer würzen und anschließend scharf anbraten.
4. Danach bei 120°C im Ofen auf 54°C Kerntemperatur garen.

5. Das fertig gegarte Filet einige Minuten rasten lassen, dann ist es bereit zum Anschneiden.
1. Kürbis und Kohlrabi in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
2. Die Würfel in Olivenöl scharf anbraten und mit Rosmarin, Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
3. Für den Kohlrabi ca. 30 g Butter in einer kleinen Pfanne zerlassen und anschließend mit etwa der gleichen Menge Wasser aufgießen.
4. Den Kohlrabi darin so lange köcheln, bis sich eine Bindung ergibt.
5. Zum Abschluss den glasierten Kohlrabi mit etwas fein gehacktem Schnittlauch verfeinern.
1. Kartoffeln in der Schale weich kochen.
2. Noch heiß schälen und durch eine Kartoffelpresse drücken.
3. Mit dem Mehl, Eigelb und den Gewürzen zu einem Teig verkneten.
4. Aus dem Teig daumendicke Rollen formen und davon ca. 2 cm breite Stücke – die Nidei – abstechen.
5. Ca. 4 Minuten in Salzwasser kochen.
6. Aus dem Wasser heben, kurz abtropfen lassen und in Butterschmalz goldgelb braten.

Isst-Gut-Rezept, Bratl-Tag

RESTL-TIPP: Übriggebliebene Nidei kross anbraten und mit Sauerkraut servieren!