



POLETTO

ITALIENS KÜCHE

Sterneköchin Cornelia Poletto zeigt in unserer Serie, wie die leckersten Rezepte aus Bella Italia garantiert gelingen. Zum Sammeln und Genießen!



Einfach ausschneiden und sammeln

FOLGE **98**

Winterliche Blattsalate

mit Rehfilet und Wacholderschaum



Winterliche Blattsalate

mit Rehfilet und Wacholderschaum

SCHWIERIGKEITSGRAD: einfach

ZUBEREITUNGSZEIT: ca. 40 Minuten

RUHEZEIT: mindestens 6 Stunden

Zutaten (für 4 Portionen):

50 g Pekannusskerne, 2 Möhren, 150 g Knollensellerie, 1 kleine Stange Lauch, 2 EL Butter, 150 g gemischte Salatblätter (von winterlichen Sorten wie Radicchio, Feldsalat, Eichblattsalat), 2 EL Trockenbeereauslese- oder Sherryessig, Meersalz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Prise Zucker, 1 TL Dijon-Senf, 5 EL Pekannussöl (oder Walnuss- oder Haselnussöl), 500 g Rehfilet, 2 EL Olivenöl, Fleur de Sel. **Für den Wacholderschaum:** 1 Ei, 1 TL Senf, Meersalz, 3 EL milder Weißweinessig, 100 ml geschmacksneutrales Öl, 2 EL Olivenöl, 100 ml Hühnerbrühe, Pfeffer aus der Mühle, 1 Zweig Rosmarin, einige Zweige Thymian, 1 TL zerdrückte Wacholderbeeren.

1 Zuerst für den Wacholderschaum Ei, Senf, eine Prise Salz und 2 EL Essig in einen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer kurz aufschlagen.

Nach und nach unter ständigem Weiterschlagen die beiden Ölsorten zugießen. Brühe unterrühren und das Dressing mit Salz, Pfeffer und restlichem Essig abschmecken. Kräuterzweige und Wacholderbeeren zugeben und das Wacholderdressing zugedeckt mindestens 6 Stunden (oder über Nacht) im Kühlschrank durchziehen lassen.

2 Pekannüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten, herausnehmen. Möhren und Sellerie schälen, Lauch waschen und putzen. Alles in dünne Streifen schneiden. Möhren und Sellerie in der heißen Butter ca. 3 Minuten bissfest dünsten. Lauch kurz mitdünsten. Herausnehmen.

3 Salatblätter verlesen, waschen, trocken schleudern und etwas zerupfen. Essig, Salz, Pfeffer, Zucker, Senf und Nussöl verrühren.

4 Eventuell noch vorhandene Sehnen vom Rehfilet entfernen und das Filet in dünne Scheiben schneiden. Jeweils zwischen Frischhaltefolie flach klopfen. Die Filetscheiben im heißen Olivenöl von jeder Seite ½–1 Minute anbraten. Mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen.

5 Vinaigrette über die Salatblätter geben, vorsichtig mischen. Gemüsestreifen unterheben. Salat und Rehfilet auf Teller verteilen. Das Wacholderdressing durch ein Sieb passieren, mit dem Stabmixer schaumig aufschlagen und auf dem Salat verteilen. Mit Pekannüssen bestreuen.

Pro Portion: ca. 610 kcal, 35 g Eiweiß, 46 g Fett, 6 g Kohlenhydrate

Haben Sie ein Rezept aus unserer Serie mit Cornelia Poletto (www.cornelia-poletto.de) verpasst? Unter www.fuersie.de/poletto können Sie alle bisher erschienenen Folgen herunterladen.

Polettos Wein-Tipp



Cornelia Polettos Sommelier Dirk Pauleweit empfiehlt zum edlen Salat einen Spätburgunder aus der Pfalz: „Der 2010 Spätburgunder trocken, Blanc de Noir vom Weingut Neiss hat eine verführerische Nase mit Duft nach Birnen. Am Gaumen ist er substanzreich, mit großer Fülle und üppiger Rundheit.“ Pro Flasche 8,50 Euro, zu bestellen über fam@poletto.de oder Tel. 0 40/4 80 21 59.

Schonwäsche: Die empfindlichen Salate schwenkt Cornelia Poletto ganz gründlich in stehendem Wasser

Letzter Schliff: Das Fleisch wird sorgfältig vorbereitet