

## Folge 3: Titel Kostbare Wagyu Rinder im Münsterland

### Rezepte von Patrick Balster

Alle Mengenangaben für **6 Personen**  
(wenn nicht anders angegeben)

#### Vorspeise: Dreierlei vom Wagyu auf Mutters Stuten

##### Zutaten Mutters Stuten

1 kg Weizenmehl	250 ml Milch
125 g Butter	45 g frische Hefe
1 TL Salz	½ TL Zucker

Etwas Mehl zum Bemehlen der Arbeitsplatte

##### Zubereitung:

Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde formen. Hefe hineinbröseln und mit sechs Esslöffel warmer Milch und Zucker zu einem kleinen Teig verrühren. Die Schüssel mit einem Tuch abdecken und so lange gehen lassen bis der Teig in der Mitte doppelt so hoch ist. Die restliche Milch mit der Butter erwärmen, das Salz auf dem Teig verteilen und alles mit einem elektrischen Knethaken wieder zu einem Teig verrühren. Den Teig an einer warmen Stelle abgedeckt gehen lassen, dann wieder durchkneten und nochmals etwas ruhen lassen bis er das doppelte Volumen erreicht hat. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte zu einem glatten Teig kneten und auf ein gefettetes Backblech oder in eine Kastenform legen. Im Backofen bei 170 Grad Umluft auf der untersten Schiene 1 Stunde backen. Vor dem Verzehr etwas abkühlen lassen.

Serviert wird Mutters Stuten mit Dreierlei vom Wagyu-Rind: Leberwurst und Frühlingszwiebeln, Dattel in Wagyu-Bacon und Schinken vom Wagyu.

Alternativ kann jede Leberwurst, geräucherter Schinken und Bacon nach Wahl verwendet werden.

##### Zutaten Dattel in Wagyu-Bacon

3 Datteln, entkernt  
3 Scheiben Wagyu-Bacon, alternativ Bacon

##### Zubereitung:

Datteln entkernen bzw. entkernte Datteln mit Bacon einrollen und mit Zahnstochern fixieren. Die Spieße dann ohne Zugabe durch Öl oder Fett in einer Pfanne braten bis der Speck gebräunt ist. Da der Bacon selber viel Fett mitbringt, der in der Pfanne zergeht, muss kein zusätzliches Fett oder Öl dazu gegeben werden. Die Spieße bis zum Servieren warmhalten.

#### Hauptspeise: Tafelspitz und Roulade vom Wagyu-Ochsen mit Karotten-Kohlrabi-Gemüse und Kartoffelpüree

##### Zutaten Tafelspitz

Ca. 1,25 kg Tafelspitz vom Wagyu-Rind, alternativ Rind  
2 Zweige Rosmarin  
1 Knoblauchzehe  
Salz & Pfeffer nach Geschmack

##### Zubereitung:

Tafelspitz von allen Seiten salzen und pfeffern und mit der Fettkante zuerst scharf in der Pfanne anbraten, so dass sich das Wagyu-Fett zum Teil auflöst. Danach werden die restlichen Fleischseiten ebenfalls für ca. 1,5 bis 2 Minuten scharf angebraten, bis sich eine schöne hellbraune Farbe ergibt.



Auf die Fettkante die geschälte Knoblauchzehe und die Rosmarin-Zweige legen. Nun kommt der Tafelspitz auf den Rost, versehen mit einem Thermometer, in den vorgeheizten Backofen bei 150 Grad Umluft. Um das Fett aufzufangen, ein Blech unter den Rost zu schieben. Den Tafelspitz bei ca. 58-60 Grad Kerntemperatur aus dem Ofen nehmen und noch ca. 5 Minuten ruhen lassen. Vor dem Servieren wird der Tafelspitz in Scheiben geschnitten.

#### **Zutaten Rouladen:**

6 Wagyu-Rouladen à 150 g, Alternativ Rinderrouladen	2 große Karotten
12 Scheiben Wagyu-Bacon, alternativ Bacon	1 Scheibe Toast
½ Knollensellerie	½ Zwiebel
½ Stange Lauch	500 ml Kalbsfond
300 ml Bier	250 ml Portwein
2 ½ EL Wagyu-Fett, alternativ Butterschmalz	2 EL Speisestärke
1 EL Tomatenmark	½ EL Pfefferkörner
½ EL Wacholderbeeren	6 TL grober Senf
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
Etwas Mehl	Meersalz nach Geschmack
Zucker nach Geschmack	Pfeffer nach Geschmack

#### **Zubereitung:**

Sellerie und Karotten schälen und in ca. 8 cm lange dünne Streifen schneiden. Mit dem Lauch ebenso verfahren. Eine halbe Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Wagyu-Fett bei hoher Stufe angeschwitzt. Das geschnittene Gemüse dazugeben. Mit Salz abschmecken. Bei hoher Temperatur ca. 5 Minuten andünsten, hin und wieder wenden. Die Pfanne mit einem Deckel schließen. Bei mittlerer Temperatur für ca. 12 Minuten weiter kochen.

Das restliche Gemüse und Zwiebel in grobe Würfel schneiden. Es dient später als Schmorgemüse.

In der Zwischenzeit wird die Toastscheibe mit etwas Wagyu-Fett bestrichen und in ca. 1 cm lange Scheiben geschnitten und auf ein Backblech gelegt. Sie kommen nun für ca. 10 Minuten bei 150 Grad in den Backofen.

Die Rouladen abtupfen, mit einem Messer den groben Senf dünn auftragen und jeweils 2 dünne Bacon Scheiben auflegen. Roulade etwas salzen und pfeffern. Das gekochte Gemüse und die angeschmorten Zwiebeln gleichmäßig in der Mitte der Roulade quer zur Roulade geben. In der Mitte der aufgetragenen Füllung legen wir nun jeweils eine geröstete Toastscheibe. Roulade stramm zusammenrollen, so dass die Gemüsefüllung in der Mitte liegt. Mit speziellen Rouladen-Ringen oder alternativ Zahnstochern die Roulade fixieren. Dann die Rouladen mit etwas Mehl bestäuben. Ein Esslöffel Wagyu-Fett in einem Bräter erhitzt und die Rouladen 2-3 Minuten von allen Seiten scharf anbraten, bis sie eine schöne Bräune bekommen. Nach dem gewünschten Bräunungsgrad Rouladen erst einmal zur Seite legen.

Einen Esslöffel Wagyu-Fett im Bräter erhitzt und das Schmorgemüse hinzugefügt. Grobes Salz, Tomatenmark, Pfefferkörner, Wacholderbeeren zugeben. Nach und nach wird die Pfanne mit dem Bier abgelöscht und der Bodensatz abgekratzt. Mit Portwein ein reduzieren, so dass fast keine Flüssigkeit mehr übrigbleibt. Nun die Rouladen wieder dazugegeben und mit Kalbsfond auffüllen und eventuell mit etwas Wasser auffüllen, so dass die Rouladen zu 2/3 bedeckt sind. Die Kräuterzweige hinzugeben und den Bräter mit einem Deckel schließen. Die Rouladen kommen nun für ca. 90 Minuten bei 150 Grad Umluft in den Backofen. Nach der angegebenen Zeit die Rouladen aus dem Bräter nehmen. Spieße oder Ringe entfernen und ein feuchtes Tuch auf die Rouladen legen.

Das Gemüse und die Soße aus dem Bräter wird durch ein Sieb gedrückt. Ca. 50 ml Soße (oder kaltes Wasser) mit zwei Esslöffel Speisestärke anrühren und nach und nach in die Soße geben, bis die Soße die gewünschte Konsistenz hat. Abschmecken. Die Rouladen wieder zur Soße geben und bis zum Servieren erwärmen. Die Roulade kann als Ganzes oder in Scheiben serviert werden.

#### **Zutaten Kartoffelpüree**

1,2 kg mehligte Kartoffeln	ca. 200 ml Milch
1 EL Wagyu-Fett, alternativ Butterschmalz	Salz nach Geschmack
Muskatnuss nach Geschmack	



#### **Zubereitung:**

Kartoffeln schälen und grob klein schneiden. In Wasser geben und etwas Salz dazugeben. Die Kartoffeln ca. 20 Minuten kochen lassen und dann klein stampfen, bis kaum noch feste Stücke erkennbar sind. Das Wagyu-Fett hinzugeben. Eine Prise Muskatnuss frisch dazu reiben. Anschließend durchrühren und abschmecken. Notfalls etwas nachsalzen. Das Kartoffelpüree kann in einer Schüssel im Wasserbad warmgehalten werden.

#### **Zutaten Karotten-Kohlrabi-Gemüse**

2 große Karotten	1 Kohlrabi
2 Scheiben Wagyu-Bacon, alternativ Bacon	ca. 12 Walnüsse, kleingeschnitten
1 Bund glatte Petersilie, abgezupft	1 Frühlingszwiebel
1 EL Wagyu-Fett, alternativ Butterschmalz	ca. ½ EL Zucker
etwas Mineralwasser	grobes Salz nach Geschmack

#### **Zubereitung:**

Die kleingeschnittenen Frühlingszwiebeln im Wagyu-Fett anschwitzen. Die Karotten und Kohlrabi in gleich lange z.B. rechteckige Form schneiden. Zu den Frühlingszwiebeln in die Pfanne geben und mit ca. 1/2 EL zuckern und etwas salzen. Das Gemüse soll noch knackig bleiben. Dazu eignet sich vor allem ein Wok. Etwas Mineralwasser dazugeben und bei mittlerer Temperatur für ca. 10-15 Minuten anbraten. Danach den Bacon kleinschneiden und scharf im eigenen Sud anbraten. Wenn das Gemüse serviert werden soll, den Bacon und die kleingeschnittenen Walnüsse unterrühren und abschließend mit glatter Petersilie dekorieren.

## **Nachspeise: Pfirsich Melba & Smoothie à la Paul**

#### **Zutaten Pfirsich Melba**

4 Pfirsiche	3 Becher Schmand
2 Becher Sahne	2 Päckchen Sahnesteif
300 g Himbeeren	100 g Zucker
100 g Mandelblättchen	Saft von 1-2 Zitronen
Puderzucker nach Geschmack	etwas Zucker

#### **Zubereitung:**

Die Pfirsiche ca. 5 Minuten kochen. Nach dem Abkühlen schälen und in kleine Stücke schneiden. In einem Topf etwas Zucker karamellisieren lassen, die Pfirsichstücke zugeben und kurz kochen lassen. Gegebenenfalls etwas Wasser zufügen.

Für die Creme den Schmand mit dem Zucker und dem Saft der Zitrone mischen. Dann die Sahne mit Sahnesteif schlagen und vorsichtig unterheben. Die Himbeeren mit etwas Puderzucker pürieren. Für den Crunch in einer Pfanne Mandelblättchen und etwas Zucker vermischen und unter ständigem Rühren anrösten, bis die Mandeln schön braun sind. In einem kleinen Dessertglas erst die Pfirsiche, dann die Creme, die Himbeersoße und zuletzt den Crunch aufschichten.

#### **Zutaten Smoothie à la Paul**

750 g fettarmer Joghurt	750 g gefrorene Himbeeren
1,5 Bananen	150 ml Orangensaft
50 g Chiasamen	Minzblätter zur Dekoration

#### **Zubereitung:**

Alle Zutaten in einen Topf geben und mit einem Pürierstab pürieren, bis man die einzelnen Bestandteile nicht mehr erkennen kann. Den Smoothie in Dessertgläser füllen, mit zwei Minzblättern dekorieren und einem Strohhalm servieren.

**Guten Appetit!**