



## Folge 6: Finale im Weserbergland am Kloster Möllenbeck

### Rezepte von Anne Lee-Bolhöfer

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

#### Vorspeise: Klare Tomatenconsommé mit Pistazienklößchen

##### Zutaten Pistazienklößchen:

1/8 Liter Sahne	40 g Gries
Salz	1 Ei
30 g Butter	30 g Pistazien, gemahlen

##### Zubereitung:

Sahne, etwas Salz und Butter in einem kleinen Topf aufkochen. Gries dazugeben, aufkochen, und dabei kräftig rühren. Sobald sich die Masse zu einem Kloß am Topfboden formt, weiterkochen, bis sich am Topfboden ein Häutchen bildet. Den Topf von der Kochstelle nehmen und mit einem Schneebesen erst das Ei und dann die Pistazien unterziehen. Zum Abkühlen und Ausquellen abgedeckt beiseite stellen.

In einem weiteren Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Mit zwei nassen Teelöffeln von der Pistazienmasse ca. 30 kleine Klößchen abstechen und dabei etwas rund formen. Im Salzwasser ca. 12 Minuten ziehen lassen.

##### Zutaten Tomatenconsommé:

500 g reife Tomaten	1-2 EL Tomatenmark
Salz, Pfeffer (aus der Mühle)	4 Eiweiß
1 Liter Tomatensaft (gesalzen)	10-12 Kirschtomaten
5 Zweige Basilikum	

##### Zubereitung:

Die Tomaten waschen, Stielansätze entfernen. Die Tomaten in kleine Stücke schneiden, mit Salz, Pfeffer, Tomatensaft, 250 ml Wasser, Basilikum und Tomatenmark in einen Topf geben. Das Eiweiß mit einem Schneebesen kurz aber kräftig verschlagen und zu den Tomaten geben. Alles gut verrühren. Bei kleiner bis mittlerer Hitze langsam zum Kochen bringen, dann sofort von der Herdplatte ziehen und 20 Minuten ziehen lassen.

Die Flüssigkeit durch ein feines Tuch passieren und für ca. 4 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Zum Servieren die Kirschtomaten waschen, in Scheiben schneiden und auf den Suppenteller verteilen und mit der Tomatenconsommé aufgießen. Kleine Basilikumblätter darüber streuen. Pistazienklößchen dazugeben.



## Hauptspeise: Rehrücken à la minute mit Graupen-Kräuter-Risotto und Rosenkohlröschen

### Zutaten für den Rehrücken:

1 Rehrücken  
(ca. 1,2 kg: vom Metzger auslösen  
und die Knochen hacken lassen)  
1 1/2 EL Pfefferkörner  
1 1/2 EL Wacholderbeeren  
50 ml Öl  
1 Möhre  
1 Zwiebel  
1 Stange Lauch  
1 Sellerieknolle  
1 Petersilienwurzel  
1 Knoblauchzehe

1 EL Tomatenmark  
150 g gekochter Schinken  
2 frische Lorbeerblätter  
1/2 TL getr. Thymian  
150 ml Rotwein  
100 g gesalzene Butter  
1 TL Senf  
ca. 50 ml Madeira  
etwas Weißweinessig  
Pfeffer aus der Mühle

### Zutaten für das Graupen-Kräuter-Risotto:

ca. 1 l Gemüsebrühe  
1/2 Zwiebel  
4 EL Butter  
1 Handvoll gemischte Kräuter  
(Estragon, Basilikum, Kerbel, Thymian, Petersilie, Schnittlauch)

300 g Graupen  
80 ml Weißwein  
Salz, Pfeffer (aus der Mühle)  
3 EL geriebener Parmesan

### Zutaten für den Rosenkohl:

1 kg Rosenkohl, Salz

### Zubereitung

Für den Rehrücken je 1 EL Pfefferkörner und Wacholderbeeren grob zerstoßen und mit 3 EL Öl mischen. Den Rehrücken trocken tupfen, rundum mit dem Gewürzöl bestreichen und in Alufolie gewickelt mindestens 1 Tag kühl gestellt ruhen lassen.

Das Gemüse putzen, waschen, je nach Sorte schälen und in grobe Stücke schneiden. Die Knoblauchzehe zerdrücken. Den Schinken in Streifen schneiden. Das restliche Öl in einem Bräter erhitzen und darin Knochen und Gemüse anbraten. Schinken, Tomatenmark, Lorbeerblätter, Thymian, Knoblauch und restliche Pfefferkörner und Wacholderbeeren hinzufügen, kurz mitbraten und mit Rotwein ablöschen. Die Flüssigkeit einkochen lassen und so viel Wasser angießen, bis alles gut bedeckt ist. Bei schwacher Hitze etwa 4 Stunden köcheln lassen. Dann den Inhalt durch ein Küchensieb abgießen, dabei die Flüssigkeit in einem Topf auffangen. Bei starker Hitze auf etwa 1/2 l einkochen und den Fond abkühlen lassen.

Für das Risotto die Brühe in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf 3 EL Butter zerlassen und die Zwiebelwürfel darin andünsten. Die Graupen hinzufügen, kurz mitdünsten, mit dem Weißwein ablöschen und einköcheln lassen. So viel heiße Brühe angießen, dass die Graupen bedeckt sind, und unter häufigem Rühren einköcheln lassen. Den Vorgang wiederholen, bis die Graupen nach etwa 25 Minuten bissfest sind.

Den Rehrücken auf Zimmertemperatur temperieren. Den Backofen auf 200°C vorheizen. Den Rehrücken in 4 gleichgroße Fleischstücke schneiden. Die salzige Butter in einem Bräter im heißen Ofen zerlassen. Die Fleischstücke in den Bräter legen und unter ständigem Wenden etwa 10 Minuten warm werden lassen, dabei einmal von beiden Seiten salzen. Herausnehmen und in Alufolie gewickelt warm stellen. Den Fond erhitzen und mit Senf, Madeira, Essig und Pfeffer abschmecken.



Für die Rosenkohlröschen den Rosenkohl putzen und die äußeren Blätter entfernen. Den Rosenkohl waschen und den Strunk jeweils kreuzweise einschneiden. In reichlich Salzwasser bissfest blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen.

Die Kräuter waschen und trocken schütteln, je nach Sorte die Blättchen abzupfen und klein schneiden. Die Kräuter mit der restlichen Butter unter das Graupenrisotto mischen und mit Parmesan bestreuen. Rehrücken, Graupenrisotto und Blumenkohlröschen auf Tellern anrichten und mit der Sauce servieren.

## **Nachspeise: Safran-Parfait auf Orangen-Grapefruit-Kompott**

### **Zutaten für den Orangen-Grapefruit Kompott:**

2 Orangen  
2 rosa Grapefruit  
1 Limette  
1 Vanillestange, ausgekratzt  
1 TL Speisestärke  
Etwas Akazienhonig

### **Zubereitung:**

Orangen und Grapefruit schälen. Und die weißen Häutchen entfernen und die Filets zwischen den Trennhauten herausschneiden. Den Saft auffangen. 200 ml Orangensaft mit der ausgekratzen Vanillestange und dem Vanillemark aufkochen und bei mittlerer Hitze auf 150 ml einkochen. Vanilleschote entfernen. Speisestärke mit etwas kaltem Wasser verrühren und den eingekochten Saft damit binden. Eventuell mit Akazienhonig süßen.

### **Zutaten für das Safran-Parfait**

1 Döschen Safranfäden  
1 EL lauwarmes Wasser  
4 Eigelbe  
70 g Zucker  
200 ml Schlagsahne  
6 Förmchen à 100 ml Inhalt

### **Zubereitung:**

Safranfäden in 1 EL lauwarmen Wasser 10 Minuten einweichen. Eigelbe, Zucker und Safran mit dem Wasser in einen Schlagkessel geben und über dem heißen Wasserbad 8-10 Minuten cremig-dicklich aufschlagen. Abkühlen lassen.

Sahne steif schlagen und unter die abgekühlte Masse heben. Parfaitmasse in sechs Förmchen geben und am besten über Nacht gefrieren lassen.

Alles zusammen schön anrichten.

**Guten Appetit!**