

Wildbraten "Ombundja"

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

600 g	Gnufilet pfannenfertig
150 g	Rüebli
	Salz
1/2	Lauchstange
1 EL	schwarze Pfefferkörner
1	Rosmarinzweig
¼ TL	Kardamompulver
1 EL	Bratbutter
1 EL	Olivenöl
3	Thymianzweige
4	Wacholderbeeren gequetscht
1	ungeschälte Knoblauchzehe
2 dl	Rotweint
2 EL	Wild- oder Kalbsfond, konzentriert
1 EL	Cassis-Likör
2 EL	kalte Butter



Zubereitung:

Das Fleisch eine Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Rüebli längs halbieren, in ca. 8cm lange Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser 5-6 Minuten knapp weichkochen. In Eiswasser kalt abschrecken. Den Lauch in 2 ca. 8 cm lange Stücke schneiden und diese längs halbieren. Pfeffer mit Hilfe eines Pfannenbodens auf einer festen Unterlage grob zerstoßen. Rosmarinnadeln abzupfen, sehr fein hacken (es sollte ca. 2 TL ergeben), zum Pfeffer geben. Abgezupfte Stiele beiseitelegen. Kardamom mit der Pfeffer-Rosmarin Mischung vermengen, auf der Arbeitsfläche verteilen.

Den Backofen mit einer ofenfesten Form auf 80° C vorheizen. Fleisch trocken tupfen, in der Pfeffer-Mischung wälzen und diese gut andrücken. In einer Pfanne auf dem Herd in der mässig heißen Butter-Olivenöl-Mischung rundum ca. 10 Minuten anbraten, bis es eine schöne Farbe hat. Salzen.

Karotten und Lauch mit der Schnittfläche nach oben abwechselungsweise in die Form im Ofen legen. Filet darauf setzen und 45-60 Minuten garen. Das Fleisch alle 10 Minuten wenden. Es ist gar, wenn eine Kerntemperatur von 60° C erreicht ist (mit Fleischthermometer prüfen).

Unterdessen Thymian, Wacholder, Knoblauch und leergezupfte Rosmarinstiele zum Bratensatz geben. Andünsten, mit Wein ablöschen und auf die Hälfte einkochen. Durch ein Sieb in ein Saucenpfännchen gießen. Wildfond und Cassis-Likör beigeben. Butter in Flocken darunterschwenken und abschmecken.

Ausgetretenen Fleischsaft zur Sauce rühren. Filet tranchieren, auf dem Gemüse anrichten und mit der Sauce umgießen.