AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	50 Min.	Herbst	Schweiz

REHRÜCKEN IN MOHNKRUSTE MIT WILDREIS

Rezept: André Jaeger. Fischerzunft. AT Verlag, 2010 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Dem Meisterkoch André Jaeger gelingt es, den Reiz der asiatischen Küche mit dem heimischen Rehrücken zu verbinden. Er empfiehlt ein Wildreis-Couscous dazu.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

500 g	Rehrückenfilet	2 EL	Portwein
1 Pr	Currypulver, mild	1 dl	Limettenöl
50 g	Mohnsamen	1 Bd	Estragon, frisch
80 g	Wildreis		Fleur de sel
100 g	Preiselbeeren		Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Den Reis in Salzwasser 30 Min. kochen, bis er fast weich ist. Abgiessen und grob hacken. Die Preiselbeeren im Portwein kurz aufkochen, das Limettenöl beigeben, dann Reis und Estragon darunterziehen. Mit Fleur de Sel und Pfeffer abschmecken.
2. Backofen auf 200° C vorwärmen. Das ganze Filet mit Salz und Currypulver würzen, im Mohn wenden und gut andrücken. In einer Pfanne in heissem Öl beidseits je 2 Min. anbraten. Im Backofen noch weitere 5 Min. garen, herausnehmen und 5 Min. zugedeckt ruhen lassen.
3. Einen Streifen Wildreis-Couscous auf den Teller anrichten. Pro Person drei Medaillons Rehrücken schneiden und auf den Reis legen. Mit frischem Estragon garnieren.