

## „Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



## Gamsrücken mit Rotkraut und Süßkartoffel-Püree

**Köchin: Magdalena Schwarz**

### Zutaten

(4 Personen)

Für den Gamsrücken

- 800 g Gamsrücken
- Salz
- Pfeffer
- 10 ml Gin
- 1 EL Kräuter Pesto (aus Petersilie, Schnittlauch und Blattspinat pürieren)
- neutrales Pflanzenöl zum Anbraten

Für den Wild Jus

- Abschnitte vom Gamsrücken
- 2 Wildknochen
- 1 Zwiebel
- 250 g Wurzelgemüse (Karotten, Sellerie, Lauch)
- 5 Wacholderbeeren
- 1 Zimtstange
- ½ L Portwein
- Salz
- 5 Pfefferkörner
- Preiselbeermarmelade
- 1 EL Tomatenmark

Quelle: ORF extra

Für das Rotkraut

- 500 g Rotkraut
- 50 g Zucker
- 3 EL Apfelmus
- 125 ml Rotwein
- 125 ml Orangensaft
- 2 Nelken
- 1 Sternanis
- 1 Zimtstange
- 100 g rote Zwiebel
- 2 EL Zucker

Für das Süßkartoffel-Püree

- 2-3 Süßkartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1/8 L Weißwein
- 250 ml Sahne
- 250 ml Milch
- Salz
- Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- Butter zum Anbraten

Für die Polenta Perle

- 150 g Polenta
- 400 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Milch
- 30 g geriebenen Parmesan
- 1 EL Butter
- 1 verquirltes Ei zum Panieren
- Mehl zum Panieren
- Semmelbrösel zum Panieren
- neutrales Pflanzenöl zum Frittieren
- Salz
- Pfeffer

Für die Garnitur

- Rosmarinzweige

## Zubereitung

**1.** Vor dem Kochen das Rohr auf 110° C Ober-Unterhitze vorheizen.

**2.** Für die Polenta-Perle die Gemüsebrühe und die Milch in einem Topf aufkochen lassen, die Polenta einrühren und die Hitze reduzieren. 3-4 Minuten ununterbrochen umrühren, bis cremiger Brei entsteht. Nun den geriebenen Parmesan und die Butter einrühren und die Masse abkühlen lassen.

Quelle: ORF extra

**3.** Für das Süßkartoffel-Püree die Süßkartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Dann eine Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und in einem Topf in etwas Butter anschwitzen. Anschließend die Süßkartoffel-Würfel dazugeben und mit dem Weißwein ablöschen. Nun die Sahne und die Milch begeben, mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss würzen und alles kochen, bis die Kartoffeln weich sind. Danach die Masse mit ein Stabmixer pürieren und nochmal abschmecken.

**4.** Für den Gamsrücken das Fleisch parieren und die Abschnitte vorerst beiseitelegen (sie können für die Zubereitung vom Jus verwendet werden). Dann das Fleisch mit Gin und Kräuter Pesto einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne in heißem Pflanzenöl auf allen Seiten anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und auf einem Rost im Rohr bei 110° C Ober-Unterhitze garen, bis es eine Kerntemperatur von etwa 50° C erreicht hat. Die Pfanne nicht spülen!

**5.** Für den Wild Jus die Zwiebel und das Wurzelgemüse in kleine Würfel schneiden und diese mit den Fleischabschnitten und den Knochen im Bratrückstand anrösten. Das Tomatenmark dazugeben, kurz umrühren und mit dem Rotwein ablöschen. Diesen Vorgang so oft wiederholen, bis eine dunkle Sauce entsteht. Danach die Preiselbeermarmelade begeben, mit Wasser aufgießen und den Jus 3 Stunden köcheln lassen.

**6.** Währenddessen das Rotkraut hobeln, in eine große Schüssel geben und kräftig salzen. Dann das Apfelsmus, den Rotwein, den Orangensaft, die Nelken und eine Zimtstange begeben, alles gut durchkneten und etwa zwei Stunden ziehen lassen. Anschließend eine feingeschnittene rote Zwiebel in einem Topf in heißem Öl glasig anschwitzen. Den Zucker dazugeben und diesen leicht karamellisieren lassen. Dann die Zimtstange und die Nelken entfernen, das Rotkraut ausdrücken und in den Topf geben, kurz anrösten und danach mit dem ausgedrückten Sud ablöschen. Das Kraut nochmal 30 Minuten köcheln lassen.

**7.** Sobald die Polenta-Masse erkaltet ist, kleine Perlen formen und diese zuerst in Mehl wälzen und dann in verquirltem Ei und Semmelbrösel panieren – den Vorgang nochmal wiederholen. Die Perlen in heißem Pflanzenöl ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**8.** Nun den Jus durch ein Passiertuch oder ein Sieb in einen Topf gießen und noch einmal aufkochen lassen, bis die Sauce einreduziert ist. Dann das Fleisch aus dem Rohr nehmen und in Scheiben schneiden.

**9.** Zum Schluss das Süßkartoffelpüree und das Rotkraut mittig nebeneinander auf einem flachen Teller anrichten. Je zwei Scheiben vom Gamsrücken darauflegen und etwas vom Jus angießen. Zwei Polenta Perlen dazulegen und mit einem Rosmarinzweig garnieren. Servieren und genießen.