

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

Fotocredit: Simeon Baker



Kotelett vom Wagyu, Yacon / Inka Wurzel Gratin, Urkarotten Gemüse, Tasmanischer Bergpfeffer Schaum

Koch: Ralf Becker

Zutaten

(4 Personen)

Für die Steaks

- 4 Rinder T-Bone Steaks
- 6 Thymianzweige
- 1 gehackte Knoblauchzehe
- Pflanzenöl zum Anbraten
- Salz
- Pfeffer

Für das Urkarotten Gemüse

- 450 g Urkarotten
- 100 g Butter
- 2 EL Kristallzucker
- 50 g feingeschnittene Schalotten
- 50 g frischer Rosmarin
- Salz

Für das Gratin

- 1 kg Yacon (Inka Wurzel)
- 100 g feingeschnittene Zwiebeln
- 1 feingeschnittene Knoblauchzehe
- 100 ml Milch
- 100 ml Sahne
- 100 g geriebener Bergkäse
- Salz
- Pfeffer

Für den Schaum

- 50 g Tasmanischer Bergpfeffer
- 50 ml Weißwein zum Einlegen
- 50 g feingeschnittene rote Zwiebeln
- 50 ml Weißwein zum Ablöschen
- 200 ml Sojamilch
- 30 g Butter
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Am Vortag:

Den Tasmanischen Bergpfeffer einen Tag zuvor in 50 ml warmem Weißwein einlegen und über Nacht ziehen lassen.

Am Kochtag:

1. Für die Steaks zuerst das Rohr auf 70 °C Ober-Unterhitze vorheizen. Dann etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen, die frischen Thymianzweige und die gehackte Knoblauchzehe hinzugeben. Die Steaks salzen und pfeffern und von beiden Seiten kurz und scharf in der Pfanne anbraten. Anschließend die Steaks auf einen Grillrost legen und ins vorgeheizte Rohr bei 70 °C etwa 20 Minuten weitergaren.

2. Für das Urkarotten Gemüse die Urkarotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Dann die Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen und den Kristallzucker darin leicht karamellisieren lassen. Die feingeschnittenen Schalotten und die Urkarotten-Scheiben dazugeben und anschwitzen. Den Rosmarin hinzugeben und mit Salz abschmecken.

3. Für das Gratin die geschälte Yacon in feine Scheiben schneiden und fächermäßig in eine feuerfeste Form legen. Die feingeschnittenen Zwiebeln und den Knoblauch in einer Pfanne in Pflanzenöl andünsten, mit der Milch und der Sahne ablöschen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Anschließend die Sahne-Masse über die Yacon-Scheiben gießen und das

Quelle: ORF extra

Gratin bei 160° C etwa 40 Minuten im Rohr garen. Nach der Garzeit den geriebenen Bergkäse darüber geben und das Gratin nochmal 10 Minuten überbacken.

4. Für den Schaum die eingelegten Tasmanischen Bergpfeffer Körner aus dem Wein nehmen und gemeinsam mit den feingeschnittenen roten Zwiebeln in einer Pfanne in der Butter anbraten. Dann mit dem Weißwein ablöschen und mit der Sojamilch aufgießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und vor dem Servieren mit einem Pürierstab schaumig mixen.

5. Zum Schluss das Fleisch und das Gratin aus dem Rohr nehmen. Das Gratin und die Urkarotten auf einem flachen Teller anrichten. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und darauflegen und den gemixten Schaum darüber geben.