

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

Fotocredit: Simeon Baker



Praline vom Wagyu Rind auf Apfel Krautsalat

Köchin: Anni Oberlechner

Zutaten

(4 Personen)

Für die Pralinen

- 800 g Faschiertes vom Wagyu Rind
- 2 EL gehackte Petersilie
- 1 TL Chiliflocken
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 4 Scheiben Bauchspeck
- 1 Zedernholzbrett (4 Stunden in ein Wasserbad einlegen)
- 1 Eisportionierer
- 8 Holzspieße

Für den Salat

- 1 kleiner Krautkopf
- 1 Apfel
- 4 Stangen Jungzwiebel
- 3 EL Honig
- ein Schuss Apfelessig
- 10 ml Sonnenblumenöl
- 1 EL Mayonnaise
- 1 Becher Creme Fraîche

Quelle: ORF extra

- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

Für die Garnitur

- Mandelblättchen zum Bestreuen
- eine Handvoll Rucola

Zubereitung

1. Für die Pralinen zuerst das rohe Faschierte in eine große Schüssel geben und mit der gehackten Petersilie vermengen.

2. Die Masse nun mit Chiliflocken, Salz und Pfeffer würzen und mit einem Eisportionierer Kugeln daraus formen. Dann die Bauchspeckscheiben zusammenfalten und je ein Stück davon auf einen Holzspieß geben und eine Fleischkugel dazu aufspießen.

3. Nun die Spieße auf ein gut gewässertes Zedernholzbrett legen. Das Räucherbrett anschließend auf direkter Hitze von etwa 230° C auf dem Grillrost bei geschlossenem Deckel zum Rauchen bringen und die Pralinen so indirekt für 10-15 Minuten bei 120° C fertig garen.

4. Für den Salat das Kraut und den Apfel fein hobeln und die Jungzwiebeln in feine Ringe scheiden. Anschließend das gehobelte Kraut, die Apfelstifte und die Jungzwiebelringe in eine große Schüssel geben.

5. Nun ein Dressing aus Honig, Apfelessig, Sonnenblumenöl, Mayonnaise und Creme Fraîche herstellen, dieses mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Salat damit marinieren.

6. Zum Schluss den Rucola auf vier flache Teller aufteilen und etwas Krautsalat darauf geben. Je eine gegarte Fleischpraline darauf anrichten und mit den gerösteten Mandelblättchen bestreuen, servieren und genießen.