

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

Fotocredit: Simeon Baker



Gastkoch: Hans Peter Fink

Steirisches Backfleisch mit Apfel-Kren und Kürbiskernpesto

Zutaten für 4 Personen

Für das Fleisch

- Gekochte, erkaltete Gustostückerl vom Kalb oder Rind (z.B. Schulterscherz, Züngerl, Bries, Leber oder Kalbskopf)
- 2 EL scharfer Senf
- etwas Zitronensaft
- eine Prise Salz
- etwas Pfeffer aus der Mühle

Für die Panade

- 100 g Universal Mehl
- 3 Eier
- 200-250 g Semmelbrösel
- Pflanzenöl zum Ausbacken

Für das Pesto

- 1 Glas Steirerkren im Glas
- 1 Glas Kürbiskernpesto
- 1 Bund Liebstöckel
- 200 g fein geschnittene Karotten, Petersilienwurzel und gelbe Rüben
- grobes Meersalz

Für den Apfel-Kren

- 2-3 Äpfel
- 100 ml Weißwein
- 50 ml Wasser
- ein Schuss Apfelsaft
- 1-2 EL Zucker
- eine Prise Salz
- 3-4 EL Steirerkren
- 3cl Apfelessig

Für die Deko

- Portulak (oder wahlweise andere Kräuter)

Zubereitung

- 1.** Für das Backfleisch die gekochten, in Eiswasser gekühlten Gustostückerl in 8 mm dicke Scheiben schneiden, mit Senf bestreichen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.
- 2.** Die Fleischstücke zuerst in Mehl, dann in einem versprudelten Ei und zum Schluss in Semmelbröseln panieren, leicht andrücken und in 160° C heißem Fett goldgelb backen. Anschließend das Backfleisch auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen.
- 3.** Für das Pesto das Wurzelgemüse in kleine Würfel schneiden und mit etwas Öl, Liebstöckel und Apfelessig marinieren und mit Kürbiskernpesto, Meersalz und Steirerkren würzen.
- 4.** Für den Apfel-Kren die Äpfel schälen, entkernen und raspeln. Dann mit Wasser, Weißwein und Zucker in einem Topf zugedeckt weich dünsten. Falls die Äpfel danach noch zu wässrig sind, einfach die Flüssigkeit auf die gewünschte Konsistenz einkochen lassen.
- 5.** Alles mit einem Stabmixer grob mixen und auskühlen lassen. Fein geriebenen Steirerkren je nach gewünschter Schärfe dazugeben und mit Apfelessig sowie einem Schuss Apfelsaft abschmecken.
- 6.** Das Backfleisch aufschneiden und auf einem flachen Teller anrichten. Etwas Kürbiskernpesto und ein wenig Apfel-Kren dazugeben und mit Portulak (oder wahlweise anderen Kräutern) garnieren und servieren.