

Hirschrückenlachs

minimaler Aufwand, maximal lecker



 4 PERSONEN  CA. 30 MINUTEN

ZUTATEN

FÜR DIE REHKEULE

600 – 800 g Hirschrückenlachs (pariert, ohne Sehnen)
Salz und Pfeffer (nach Geschmack)
2 EL Butterschmalz oder Öl (z. B. Rapsöl)
2 Zweige frischer Rosmarin
2 Zweige Thymian
2 Knoblauchzehen (angedrückt, nicht geschält)
1 EL Butter

BEILAGEN-VARIANTEN

Kartoffelgratin, Rotkohl oder Rosenkohl
Wildsauce oder Preiselbeeren

ZUBEREITUNG

FLEISCH VORBEREITEN

Den Hirschrückenlachs trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer großzügig würzen.

FLEISCH ANBRATEN

In einer großen Pfanne Butterschmalz oder Öl erhitzen, bis es richtig heiß ist. Den Hirschrückenlachs von beiden Seiten scharf anbraten (jeweils ca. 1 bis 2 Minuten), bis er eine schöne Bräunung bekommt.

KRÄUTER UND KNOBLAUCH HINZUFÜGEN

Rosmarin, Thymian und die angedrückten Knoblauchzehen in die Pfanne geben. Die Hitze reduzieren und die Butter hinzufügen. Das Fleisch während des Bratens mit der schmelzenden Butter übergießen (aromatisieren).

FLEISCH GAREN

Den Hirschrückenlachs auf ein Backblech oder in eine ofenfeste Form legen. Im vorgeheizten Ofen bei 120 °C (Ober-/Unterhitze) für 10 – 12 Minuten nachziehen lassen, bis eine Kerntemperatur von ca. 56 – 58 °C erreicht ist (medium rare).

ANRICHTEN

Den Hirschrückenlachs in Scheiben schneiden und mit Beilagen wie Kartoffelgratin, Rotkohl oder Rosenkohl servieren. Optional mit einer Wildsauce oder Preiselbeeren garnieren.

Das Team von Fleischerei und Partyservice Warnecke wünscht guten Appetit.