Nah&Frisch

Norbert Steiner, Goldenes Bründl | Professional

Brat´l vom Frischlingsrücken mit Chili-Kürbis

Hauptspeise | Fleischgerichte

ZUBEREITUNG **SCHWIERIGKEIT:** ●●●○○ **ZEIT: 60 MIN.**

Den Frischlingsrücken mit den Gewürzen (ohne Salz) in Pflanzenöl einlegen und in den Kühlschrank stellen (schon am Vortag). Chilis entkernen und in lange Streifen schneiden, mit dem Thymian, Knoblauch und Olivenöl vermischen.

Backrohr auf 200°C aufdrehen. Das Kerngehäuse mit einem Löffel aus dem Kürbis schaben und die Kerne herausglauben. Den Butternusskürbis der Länge nach vierteln auf ein Backblech legen, mit dem Chiliöl beträufeln und salzen. Die Kürbiskern darauf geben und ins Backrohr schieben (ca. 30 Minuten).

In der Zwischenzeit Frischlingsrücken aus der Ölmarinade nehmen, salzen und in einer heißen Pfanne auf allen Seiten scharf anbraten. Mit der Pfanne ins Backrohr stellen ca. 5 Minuten. Aus dem Ofen nehmen und das Fleisch bei 80°C (Tellerwärmer) rasten lassen. Den Bratensatz in der Pfanne mit dem Wildsaft ablöschen und vor dem Anrichten mit ein paar kalten Butterflocken aufmontieren.

Saft und Kürbis auf vier Teller verteilen, Frischlingsrücken in Scheiben schneiden und aufteilen.

ZUTATEN

- 600 g ausgelöster Frischlingsrücken
- Wacholderbeeren zerdrückt
- 4 Lorbeerblätter
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Thymianzweige
- Pflanzenöl
- Salz, Pfeffer
- 200 ml Wildsaft
- Butter zum Montieren
- 1/2 Butternusskürbis
- 2 Chilischoten
- Thymian, Knoblauch
- 8 EL Olivenöl
- grobes Meersalz