

Feldsalat mit Orangenvinaigrette und karamellisierten Walnüssen

Zutaten

Orangenvinaigrette:

- 200 ml Olivenöl
- 100 ml Balsamico, weiß
- 1 Orange
- 1,5 EL Honig
- 1 TL körnigen Senf
- Salz
- Pfeffer

Karamellierte Walnüsse:

- 100 g Walnüsse
- 30 g Butter
- 30 g Zucker
- 1 Prise Salz

Außerdem:

- 300 g Feldsalat
- 2 Orangen



Zubereitung:

1. Für die Vinaigrette zuerst die Schale der Orange abreiben und den Saft auspressen. Danach alle Zutaten in einen Messbecher geben und gut vermischen.
2. Für die karamellisierten Walnüsse die Butter zusammen mit dem Zucker in eine Pfanne geben, bei mittlerer Hitze zum Schmelzen bringen und gut miteinander verrühren. Nun die Walnüsse dazugeben und gut vermischen. Sobald das Karamell eine goldgelbe Farbe hat, die Walnüsse auf ein Stück Backpapier geben und vollständig auskühlen lassen. Sobald die Nüsse abgekühlt sind werden sie kleingehackt.
3. Nun den Salat putzen, waschen und abtropfen lassen. In der Zwischenzeit die Orangen filetieren. Den Salat mit etwas Dressing vermischen, auf ein Teller geben und mit dem Orangen und Walnüssen garnieren und servieren.

Rinderfilet in Pfefferrahmsoße mit Kartoffelgratin und Karotten

Zutaten

Rinderfilet:

- 3 EL Butter
- 3 Schalotten
- 800 g Karotten
- 100 g frische oder TK-Cranberrys
- 100 ml Wasser
- 4 Rinderfiletsteaks
- 20 g grünen Pfeffer
- 200 ml Schlagsahne
- 100 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer, Zucker



Kartoffelgratin:

- 60 g geriebenen Mozzarella
- 100 ml Schlagsahne
- 150 ml Milch
- 800 g Kartoffeln (vorwiegend Festkochend)
- Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung :

1. Den Ofen vorheizen (Umluft 180°C)
2. Die Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Anschließend Sahne, Milch und die Gewürze vermengen. Die Kartoffeln und die Sahnemischung abwechselnd in die gefettete Auflaufform geben und mit dem Käse bestreuen. Das Kartoffelgratin im heißen Ofen ca. 45 Minuten backen.
3. Zuerst die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Karotten ebenfalls schälen und in Scheiben schneiden. Die Cranberrys waschen und abtropfen lassen. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen und anschließend die Karotten andünsten. Nach ca. 1 Minute die Cranberrys und die Hälfte der Schalotten zugeben und mit Salz und 1 EL Zucker würzen. Mit dem Wasser ablöschen, aufkochen lassen und zugedeckt 5-8 Minuten köcheln lassen.
4. In der Zwischenzeit das Rinderfilet trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die restliche Butter in einer großen Pfanne erhitzen, die Steaks darin von jeder Seite ca. 2 Minuten anbraten (medium) und mit Pfeffer würzen. Die Filets herausnehmen und in Alufolie gewickelt 5 Minuten ruhen lassen.
5. Für die Soße die restlichen Schalotten im noch heißem Bratfett goldbraun anbraten, mit Sahne und Gemüsebrühe ablöschen, aufkochen lassen und ca. 3 Minuten köcheln lassen. Die Soße ggf. mit Soßenbinder andicken. Zum Schluss den Pfeffer zugeben und mit Salz abschmecken. Die Filets, das Kartoffelgratin und den Karotten zusammen mit der Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Walnussparfait auf Orangen in Buttercaramell

Zutaten

Walnussparfait:

- 100 g Walnüssen
- 3 Eier
- 50 g Zucker
- 375 ml Sahne
- 100 g Zartbitterschokolade

Orangen im Buttercaramell:

- 2 große Orangen
- 150 g Zucker
- 200 g Orangensaft
- ½ Vanilleschote
- 20 g Butter



Zubereitung:

1. Von den Walnüssen 4 - 6 Walnusshälften beiseite legen und den Rest fein hacken.
2. Die Eier trennen und die Eigelbe mit dem Zucker zu einer cremigen Masse schlagen. Anschließend die gemahlene Nüsse zugeben. Von der Sahne $\frac{1}{4}$ steif schlagen und unter die Masse heben. Das Eiweiß steif schlagen und ebenfalls unterheben. Die Masse in die vorbereiteten Förmchen (kalt ausgespült) füllen und in das Gefrierfach stellen.
3. In der Zwischenzeit die Orangen filetieren. Den Zucker in einer Pfanne hell karamellisieren. Das Karamell mit dem Orangensaft aufgießen und den Zucker wieder lösen. Das Mark der Vanilleschote auskratzen, zur Soße geben und köcheln lassen. Anschließend die Butter einrühren. Die Karamellsoße sollte sirupartig sein. Sollte dies nicht so sein, lässt du sie noch etwas einkochen.
4. Die Orangenstücke in die Pfanne geben und kurz mit garen.
5. Die restliche Sahne im Topf erhitzen, die Schokolade fein hacken und in der heißen Sahne schmelzen. Die Schokoladensoße leicht abkühlen lassen.
6. Die Förmchen in heißes Wasser halten und das Parfait auf eine Platte stürzen. Mit der Schokoladensoße übergießen, mit Walnüssen garnieren und auf den Orangen im Butterkaramell anrichten und sofort servieren.

Einkaufsliste

Obst und Gemüse:

- 5 Orangen
- 300 g Feldsalat
- 300 g Walnüsse
- 3 Schalotten
- 800 g Karotten
- 800 g Kartoffeln
- 100 g Cranberrys

Fleischtheke:

- 4 Rinderfiletsteaks

Milchprodukte:

- 1 Butter
- 4 Becher Sahne
- Milch
- geriebenen Mozzarella

Gewürze:

- Salz, Pfeffer
- 20 g grünen Pfeffer
- Zucker
- Vanilleschote
- frische Kräuter

Sonstiges:

- Olivenöl
- Weißen Balsamico
- Honig
- Körnigen Senf
- Eier
- Zartbitterschokolade
- Orangensaft