

Rezept des Monats: Rosagebratenes Wildfilet mit Senfdressing

Ein herbstliches Gericht, das sich auch gut auf dem Weihnachtsbuffet macht.

Zutaten (für 8 Pers.)

- 1 kg Filet vom Hirsch oder Reh
- 1 TL grobes Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 25 g Butter

- 75 ml Rapsöl
- 2 EL Dijonsenf
- 1 EL Wasser
- ½ TL frisch gehackter Schnittlauch
- ½ TL Meersalz
- frisch gemahlener Pfeffer

- 3 Liter oder ca. 175 g gemischter grüner Salat (z.B. Feldsalat, Eisberg, etc.)

- 480 g frisches Vollkornbrot



Zubereitungszeit: ca. 40 Min bei 150 ° C

Zubereitung

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und die Butter in einer Pfanne schmelzen. Das Filet in der Pfanne 3 Minuten von jeder Seite anbraten, bis es eine braune Farbe angenommen hat. Danach das Fleisch in eine Auflaufform geben und auf der mittleren Schiene im Ofen weitergaren lassen. Mit einem Thermometer die Temperatur des Fleischinneren beobachten; wenn es eine Temperatur von 55 °C erreicht hat, das Filet aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

Während das Fleisch im Ofen gart, das Öl, Senf, Wasser, Schnittlauch, Salz und Pfeffer zu einem Dressing vermengen und abschmecken.

Das Anrichten

Den Salat in grobe Stücke reißen und in einer großen Schüssel anrichten. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und auf dem Salatbett auslegen. Mit dem Dressing abrunden und zusammen mit dem Brot servieren.

Tipp: Sie können Rinderfilet statt Wild verwenden.

Quelle: Arla.dk