



Entrecôte mit Morcheln und Frühlingszwiebeln

Das Entrecôte nur kurz und heiss in der Pfanne anbraten und dann bei 80° im Ofen nachzugaren ist die sicherste Art, das Fleisch auf den optimalen Garpunkt zu bringen. Während das Entrecôte im Ofen durchzieht, bleibt genügend Zeit, um die Morcheln und Frühlingszwiebeln zuzubereiten. Mit einem guten Schuss Cognac und Sauerrahm verfeinert, ist dies eine unkomplizierte und delikate Beilage zum saftigen Entrecôte. Mit, in der Schale gebratenen Frühkartoffeln serviert, ist das ein perfektes Frühlingsgericht.

Zutaten (pro Portion)

1	Entrecôte 220g, ca. 2cm dick
8g	Morcheln getrocknet
60g	Frühlingszwiebeln, gerüstet
3cl	Cognac
4cl	Rindsbouillon
30g	Sauerrahm
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Entrecôte 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Morcheln 1 Stunde in lauwarmem Wasser einweichen.

Morcheln etwas im Einweichwasser schwenken, damit allfällige Sandreste ausfallen, danach leicht ausdrücken und längs halbieren. Dunkelgrüne und zähe Stengelteile von der Frühlingszwiebel wegschneiden, Würzelansatz leicht kappen. Längs halbieren, grössere Exemplare vierteln, und zu ca. 5cm langen Stücken schneiden.

Tipp: Bouillonextrakt im abgeseibtem Einweichwasser von den Morcheln kurz aufkochen.

Entrecôte beidseitig salzen und pfeffern. Ofen auf 80° vorheizen.

Bratbutter bis zum Rauchpunkt erhitzen, das Entrecôte auf beiden Seiten 1 1/2 Minuten scharf anbraten. Entrecôte auf einen Teller legen und für 20 Minuten in den Ofen schieben (à Point gegart).

Temperatur reduzieren, noch etwas Bratbutter zugeben und die Morcheln 5 Minuten dünsten, dabei leicht salzen. Mit Cognac ablöschen, die Frühlingszwiebeln zugeben und die Bouillon zugießen. Zugedeckt 10 Minuten köcheln lassen. Sauerrahm einrühren und mit Pfeffer abschmecken. Nur noch kurz köcheln lassen.

Entrecôte aus dem Ofen nehmen, den allfälligen Fleischsaft zur Sauce giessen.

Entrecôte auf einem heissen Teller anrichten und die Morcheln mit den Frühlingszwiebeln dazugeben.

Bratkartoffeln:

Die Kartoffeln unter fließendem Wasser mit der Gemüsebürste abscrupen. Solange sie noch nass sind ringsum salzen. In mässig heisser Bratbutter ca. 20 Minuten braten, dabei ab und zu schwenken. Für die letzten 5 Minuten einen Deckel aufsetzen, damit sie gut durchgaren.







