



Rosa gebratene

Rinderhüfte



Rinderhüfte

Zutaten

für 4 Personen

Rinderhüfte

600 g	Rinderhüfte (am Stück)
2 EL	Rapsöl
4 EL	Butter
1 Zweig	Rosmarin
1 Prise	Salz und Pfeffer

Karottengewüse

1 EL	Rapsöl
200 g	Karotten
40 g	Zucker
50 ml	Mineral- wasser
80 g	Lauch
1 Prise	Salz, Pfeffer und Muskat

Kartoffelgratin

400 g	Kartoffeln (vorwiegend fest kochend)
Etwas	Sahne
3 EL	Sauerrahm
1 Prise	Salz, Pfeffer und Muskat

Zubereitung

Rinderhüfte

Das Rindfleisch im heißen Öl von allen Seiten gut anbraten. Butter und Rosmarin in die Pfanne geben und das Fleisch immer arosieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch auf einem Gitter in den Backofen geben und bei 115 °C fertig garen, bis die Kerntemperatur bei 55 °C (zart rosa) liegt.

Karottengewüse

Die geschälten Karotten in fingerdicke Rauten schneiden und im heißen Öl langsam andünsten. Dabei die Pfanne immer wieder schwenken. Danach den Zucker einstreuen und leicht karamellisieren lassen, ablöschen und reduzieren, bis die Karotten schön glänzen. Lauch in Rauten schneiden, zugeben und mitdünsten. Wenn die Flüssigkeit sämig ist, kalte Butter zugeben und abschmecken.

Kartoffelgratin

Kartoffeln in dünne Scheiben hobeln und in eine Auflaufform schichten. Die restlichen Zutaten glatt verrühren (sehr gut salzen) und gleichmäßig in die Form gießen. Die Menge der Sahne richtet sich nach der Auflaufform, die Kartoffeln sollten bedeckt sein. Im vorgeheizten Ofen bei 140 °C für ca. 1 ¼ h backen.