

Rehkoteletts mit Spitzkohl an dunkler Honigsauce

Zutaten für 4 Personen:

Für die Rehkoteletts:

600 g Rehkoteletts am Stück, küchenfertig und sauber pariert
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 Ei Butter zum Braten
4 Thymianzweige
Muskatnuss

Für die dunkle Honigsauce:

1 Ei Wildgewürze (Piment, Wacholder, Pfeffer weiß)
4 Ei Heidehonig
50 ml roter Portwein
50 ml Rotwein
1 Glas (400 ml) Wildfond
20 g dunkle Kuvertüre

Für den Spitzkohl:

12-16 Spitzkohlblätter
Salz
50 ml Geflügelfond (aus dem Glas)
1 Ei Butter
Muskatnuss

Zubereitung:

Für die Honigsauce:

Die Gewürze im Mörser zerstoßen. Den Honig mit den Gewürzen in einem Topf aufschäumen lassen, mit Rotwein und Portwein ablöschen. Alles einkochen, mit dem Wildfond aufgießen und auf ca. 200 ml einkochen lassen. Die Kuvertüre einrühren und schmelzen lassen. Die Sauce durch ein Sieb passieren und warm halten.

Für den Spitzkohl:

Die Spitzkohlblätter vom Strunk befreien, in Streifen schneiden und in kochendem Salzwasser blanchieren. In Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Die Geflügelbrühe mit der Butter aufkochen, mit Salz und Muskatnuss abschmecken und warm halten.

Für die Rehkoteletts:

Das Rehrückenstück salzen, pfeffern und in schäumender Butter mit den Thymianzweigen von allen Seiten anbraten. Im vorgeheizten Ofen bei 120°C ca. 15 Minuten braten. Aus dem Ofen nehmen und mit Alufolie abgedeckt am warmen Herd einige Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit den Spitzkohl erwärmen, die Sauce erhitzen und auf vier vorgewärmten Tellern anrichten. Rehkoteletts in der vorher benutzten Pfanne

nachbraten und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss nachwürzen. In gleichmäßige Koteletts schneiden, auf den Spitzkohl geben und mit der Honigsauce umgießen.

Dazu passen sehr gut Gnocchi.

Zubereitungszeit ca. 1 Stunde

Pro Portion ca.

Kalorien: 297 / Joule: 1242

Protein: 34,8 g

Fett: 10 g

Kohlenhydrate: 14 g

Tipp: Möchte man dieses Gericht zusätzlich aufwerten, so kann der Heidehonig durch edlen Kaffeeblütenhonig ersetzt werden.
Die dunkle Honigsauce schmeckt zudem auch hervorragend zu zartem Rinderfilet.