

Michael Kempf
Roastbeef mit gerösteten Laugenknödeln

Freitag, 24. März 2017
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: mittel
Heimatküche

Zutaten

Roastbeef

600 g Roastbeef
etwas Salz
2 EL Pflanzenöl zum
Anbraten
1 EL scharfer Senf
1 EL Honig

Laugenknödel

3 Laugenbrezeln vom
Vortag
150 ml Milch
1/2 Bund glatte Petersilie
1 Schalotte
15 g gerauchter Bauchspeck
1 EL Butter
2 Eier
1 Eigelb
etwas Salz
etwas Pfeffer
1 Prise Muskat
3 EL Butterschmalz

Remouladensauce

2 Eier
1 Eigelb
1 TL Senf
etwas Salz
1 TL Essig
ca. 100 ml Sonnenblumenöl
2 Gewürzgurken
1 Sardelle
1/2 TL Kapern
1/2 Bund Blattpetersilie
1/2 Bund Schnittlauch
1 Prise Zucker
etwas Pfeffer aus der Mühle
1 Spritzer Tabasco



Zubereitung:

1. Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Das Roastbeef mit Küchengarn binden, gut salzen. In einer Pfanne 2 EL Pflanzenöl erhitzen, darin das Fleisch von allen Seiten kräftig anbraten. Dann herausnehmen, das Roastbeef mit Senf und dem Honig einpinseln, auf ein Gitter setzen und im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von 64 Grad garen. Anschließend aus dem Ofen nehmen und mindestens 5 Minuten ruhen lassen.

3. Für die Remouladensauce die Eier in einem Topf mit Wasser ca. 12 Minuten kochen, dann herausnehmen und kalt abschrecken.
4. Die Laugenbrezeln in Stücke schneiden bzw. zerbrechen. Die Milch aufkochen, über die Brezeln gießen und ca. 10 Minuten quellen lassen.
5. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein hacken. Schalotte schälen und fein schneiden. Speck fein würfeln.
6. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die gewürfelte Schalotte anschwitzen, Speckwürfel zugeben. Anschließend zu den Brezeln geben, Eier, Eigelb und Petersilie zufügen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und alles gut verkneten.
7. Aus der Masse mit feuchten Händen Knödel formen und diese in siedendem Salzwasser ca. 10 Minuten gar ziehen lassen.
Tipp: Es empfiehlt sich einen Probeknödel zu machen, wenn er im Wasser zerfällt noch etwas Semmelbrösel unter den Teig mischen.
8. Für die Remouladensauce Eigelb mit Senf, einer Prise Salz und Essig verrühren. Nach und nach mit einem Schneebesen das Öl unterrühren zu einer sämigen Mayonnaise.
9. Die hartgekochten Eier schälen, halbieren, das Eigelb durch ein Sieb drücken und unter die Mayonnaise mischen. Das Eiweiß in kleine Würfel schneiden. Gewürzgurke und Sardelle fein hacken, Kapern abspülen und abtropfen lassen. Alles unter die Mayonnaise mischen Petersilie und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein hacken und ebenfalls unter die Mayonnaise mischen. Mit einer Prise Zucker, Pfeffer und Tabasco abschmecken.
10. Die Knödel in Scheiben schneiden. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Knödel darin anbraten.
11. Roastbeef in Scheiben aufschneiden, mit den gebratenen Knödeln und der Remouladensauce anrichten.

Pro Portion: 823 kcal / 3448 kJ
33 g Kohlenhydrate, 47 g Eiweiß, 55 g Fett