



REZEPT DES MONATS Dezember 2015

Überbackene Rumpsteaks

ZUBEREITUNG

1. Toastscheiben normal tosten und auf ein Blech legen. Ofen auf 200 °C Umluft vorheizen.
2. Zwiebeln in Ringe schneiden, die frischen Champignons putzen und vierteln.
Zwiebeln und Pilze in der Pfanne mit Butter und Olivenöl schön durchbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen.
3. Die Steaks medium braten und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Die gebratenen Steaks auf die Toastscheiben legen, Zwiebeln und Pilze darauf verteilen und die Käsescheiben darauf legen.
5. Im Backofen ca. 10 Minuten überbacken bis der Käse zerlaufen und leicht gebräunt ist.
6. Mit Bratkartoffeln anrichten und mit einem knackigen Salat und einem trockenen Rotwein, z.B. einem Regent von der Nahe, servieren.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 4 Rumpsteaks
- 6 Zwiebeln
- 600 g Champignons
- 8 Scheiben Bergkäse
- 4 große Scheiben Vollkorn-Toastbrot
- Salz und Pfeffer
- 2 EL Bauernbutter
- 2 EL Olivenöl



REZEPT DES MONATS Dezember 2015

Weihnachts-Ente

ZUBEREITUNG

1. Ente waschen und trocken tupfen. Innen und außen mit Salz, Pfeffer und Kümmel einreiben. Mit dem Rücken nach oben in einen Bräter legen, Karotten und Zwiebeln (grob zerkleinert) dazulegen. 1/8 l Wasser angießen und die Ente im Bräter in den kalten Backofen schieben. Temperatur auf 250°C schalten und die Ente ca. 45 Minuten braten. Wenden und Temperatur auf 150 °C zurückschalten.
Ca. 2 1/2 - 3 Stunden weiterbraten. Ab und zu etwas heißes Wasser nachgießen.
2. Honig mit Senf verrühren. Ente aus dem Bräter nehmen und auf den Rost über die Fettpfanne legen. Mit der Honig-Senf-Mischung bestreichen, nochmals etwa 15 Minuten bei 200 °C braten, bis sie knusprig ist.
3. Wasser in den Bräter gießen, aufkochen, Bratensatz loskochen, entfetten. Schmand dazugeben, mit dem Stabmixer verquirlen und im offenen Topf sämig einkochen lassen. Sauce mit Salz, Pfeffer und Orangenlikör abschmecken.
4. Mit Knödeln, Rotkohl und einem trockenen Rotwein, z.B. einem badischen Spätburgunder, servieren.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 1 Flugente vom Bauernmarkt
- Salz, Pfeffer, gemahlene Kümmel
- 3 Karotten
- 2 große Zwiebeln
- 1 EL Honig
- 1 EL Senf
- 1 EL Schmand
- 3 EL Orangenlikör