

**|„Stadt, Land, Lecker“ vom 23. September 2017|
Rezept von Oliver Koehn**



Söör Suure Markeruper Entenkeule mit Rübenmalheur und Kompott von karamellisierten Äpfeln und Zwiebeln

Zutaten für 4 Personen

Zutaten für die Entenkeule

4	Entenkeulen
500 ml	Rotwein
500 ml	Entenfond
100 g	Johannisbeergelee
400 g	Mirepoix, gewürfelt (Sellerie, Möhre, Zwiebel)
2	Lorbeerblätter
50 g	Tomatenmark
3 Zweige	Thymian
100 ml	Apfelessig
	Salz und Pfeffer
	Öl
100 g	fertige Mehlschwitze

Zutaten für das Rübenmalheur

1,5 kg	Steckrüben
500 g	Möhren
1 kg	mehlige Kartoffeln
1	Schweinebacke
1	Lorbeerblatt
2 Zweige	Thymian
5	Pfefferkörner
1 Bund	glatte Petersilie
	frisch geriebene Muskatnuss
	Salz und Pfeffer
	Öl
100 g	Butter
2 EL	Senf

Zutaten für das Kompott

1 kg	weiße Zwiebeln
50 ml	Rapsöl
50 g	Butterschmalz
20 g	Senfsaaten, hell
20 ml	Sojasauce
2	Äpfel (Holsteiner Cox)
50 g	brauner Zucker
100 g	Butter
100 g	Honig

Zubereitung:

1. Zu Beginn den Backofen auf 200 Grad Celsius vorheizen.
 2. Die Entenkeulen parieren. Dafür das Fett an den Hauträndern abschneiden und den Oberschenkelknochen herausschneiden. Die Keulen dann mit Salz einreiben und in Öl auf beiden Seiten anbraten. Anschließend das Fleisch wieder herausnehmen und die Gemüsemischung (Mirepoix) anrösten. Mit Tomatenmark tomatisieren, rösten und mit je 100 Milliliter Rotwein, Apfelessig und Fond ablöschen. Dann Lorbeer und Thymian dazugeben. Die Keulen in den Sud legen und mit geschlossenem Deckel in den Backofen geben. Zugedeckt werden sie nun 90 Minuten geschmort.
 3. Währenddessen die Schweinebacke im Topf mit circa zwei Litern Wasser kalt aufsetzen. Lorbeerblatt, Thymian, Pfefferkörner dazugeben und circa 30 Minuten köcheln lassen. Rüben, Möhren und Kartoffeln schälen und stückeln und nach den ersten 30 Minuten Kochzeit mit in den Topf geben.
 4. Die Zwiebeln für das Kompott vorbereiten, häuten und in feine Streifen schneiden. Den Apfel schälen, in Stifte schneiden, die Schale in feine Streifen schneiden.
 5. Nach weiteren 30 Minuten die Schweinebacke aus dem Topf nehmen. Dann die Haut abziehen und das Fleisch in feine Streifen schneiden. Wenn das Gemüse gar ist, den Fond abgießen und aufbewahren. Das Gemüse stampfen, mit dem Fond auf die gewünschte Konsistenz bringen und mit Butter, Muskatnuss, Senf und gegebenenfalls Salz abschmecken. Dann frisch gehackte Petersilie darunter heben.
 6. Die Gänsekeulen nach 90 Minuten aus dem Sud nehmen und warm stellen. Den Fond durch ein Sieb passieren und auf die gewünschte Konsistenz reduzieren lassen. Dann das Fett abschöpfen, die Soße mit Johannisbeergelee abschmecken und gegebenenfalls mit Mehlschwitze abbinden.
 7. Für das Kompott die Senfsaaten in einer Pfanne trocken rösten. Butter und Honig schmelzen und die Apfelstücke darin karamellisieren lassen. Nun Zwiebelstreifen dazugeben und diese auch leicht karamellisieren lassen. Vor dem Anrichten die roten Apfel-Schalenstreifen unterheben.
 8. Schweinefleischstreifen in der Pfanne kross anbraten und vor dem Servieren auf das Rübenmalheur geben. Die Entenkeulen zum Abschluss unter dem Grill oder im Backofen knusprig werden lassen.
- Entenkeule, Rübenmalheur und Kompott nun zusammen anrichten.

Bonusrezept: Klare Fischsuppe

Zutaten für die Fischsuppe

1 kg	geputzte Fischkarkassen (z.B. Seezunge, Steinbutt oder Seeteufel)
150 g	Porree (geputzt und zerkleinert)
100 g	Staudensellerie (geputzt und zerkleinert)
50 g	Schalotten
1 EL	weiße Pfefferkörner
1	Wacholderbeere (zerdrückt)
1	Nelke
0,5 l	trockener Weißwein
400 g	Fischfilets (Lachs, Dorsch, Seelachs, Seezunge, Steinbutt, oder Steinbeißer)
400 g	Gemüwestreifen (fein geschnitten, von Möhre, Sellerie, Lauch)
1 EL	Dill (frisch geschnitten)

Zubereitung:

1. Die Karkassen in Stücke schneiden und in eine große Schüssel geben. In kaltem Wasser 30 Minuten wässern.

2. Porree und Staudensellerie putzen und grob zerkleinern, die Schalotten fein würfeln. Anschließend die abgetropften Karkassen zusammen mit dem Porree, Staudensellerie, Schalotten, Pfefferkörnern, Wacholderbeeren und Nelken in einen großen flachen Topf geben. Diesen mit Weißwein und 750 Milliliter kaltem Wasser auffüllen. Das Ganze sehr langsam zum Kochen bringen und dann bei ganz milder Hitzezufuhr für 30 Minuten leicht sieden lassen. Dabei häufig abschäumen, da das Fischeiweiß gerinnt und an der Oberfläche treibt. Das kann den Fond hinterher trüben.

3. Ein Sieb mit einem Passiertuch auslegen und in einen leeren Kochtopf hängen. Den heißen Fond behutsam und vorsichtig mit einer Kelle durch das Tuch passieren. Dann den Fond mit Salz abschmecken. Anschließend die Fischfiletwürfel und die Gemüwestreifen in den Fond geben, einmal aufkochen lassen und in einem vorgewärmten tiefen Teller anrichten. Mit dem Dill bestreuen, sofort servieren.