

Folge 4: Braten vom Longhorn aus der Westfalen-Buch

## Rezepte von Elisabeth Bremehr

Alle Mengenangaben für 6 Personen  
(wenn nicht anders angegeben)



### Vorspeise: Salat mit Schinken und Selleriegemüse

#### Zutaten:

*Für den Salat:*

ca. 15 g Bentheimer Schinken  
ca. 30 g/Person gemischter Blattsalat  
essbare Blüten für die Garnitur

*Für das Selleriegemüse:*

ca. 250 g Sellerie  
ca. 3 Schalotten  
ca. 50 g Butter  
Sonnenblumenöl  
1 Bio Zitrone  
Salz und Pfeffer aus der Mühle

*Für das Aprikosen-Senf-Dressing:*

1 EL weißen Balsamico-Essig  
6 EL Wasser  
6 EL Rapsöl  
3 TL Aprikosenmarmelade  
1 TL Senf

#### Zubereitung:

Schalottenbutter herstellen: die drei Schalotten in feine Würfel schneiden und in Butter andünsten, ohne dass die Schalotten braun werden! Mit Salz abschmecken, in ein Schraubglas füllen, gut verschließen. Die Schalottenbutter hält sich einige Tage im Kühlschrank.

Sellerie in Brunoise Würfel (ca. 1 bis 2 mm), schneiden und in einem Topf mit wenig Sonnenblumenöl andünsten. Die Schalottenbutter hinzufügen und ca. 10 Minuten bei schwacher Hitze weiter garen, evtl. noch etwas Wasser hinzufügen. Vom Herd nehmen, mit Salz und Pfeffer aus der Mühle und Zitronenzesten abschmecken.

Alle Zutaten für das Dressing in ein schlankes Gefäß füllen, mit einem Pürierstab mixen und „aufziehen“.

Salat als Bouquet auf dem Teller anrichten, Aprikosen-Senf-Dressing leicht darüberträufeln und mit essbaren Blüten garnieren.

Das feine Selleriegemüse mit Hilfe zweier Suppenlöffel auf dem Teller anrichten.

Zum Schluss den Bentheimer Landschwein Schinken locker dazu drapieren und das Salat-Bouquet mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.

## Hauptspeise: Carree vom Longhorn-Rind mit Dreierlei Bohnen und Drillingen



### Zutaten:

#### *Für das Fleisch:*

3 Rippen ca. 3,8 kg Carree vom Longhorn-Rind  
50 g Akazienhonig  
100-150 ml Wasser  
Frischen Pfeffer, Salz

#### *Für die Bohnen:*

ca. 120 g Dreierlei Bohnen pro Person, geputzt  
(Bei den grünen Prinzessbohnen und gelben Wachsbruchbohnen ca. 10 Prozent Verlust und bei den dicken Bohnen 2/3 Verlust durch das Putzen einrechnen.)

#### *Für die Pastinaken-Schalottenbutter:*

6 Schalotten  
140 g geschälte Pastinaken  
70 g Butter  
Salz & Pfeffer  
einen Spritzer Zitronensaft  
evtl. Zitronenzesten

#### *Für die Kartoffeln:*

800 g Drillinge  
30 g Salz  
2-3 EL Sonnenblumenöl  
2 Zweige Rosmarin

### Zubereitung:

Den Holzbackofen am Abend zuvor anheizen. Das Carree vom Longhorn-Rind mit Akazienhonig bestreichen - die Rippenknochen auslassen und nur die oberen Seiten bestreichen - mit etwas frischem Pfeffer aus der Mühle würzen. 100-150 ml Wasser hinzugeben, damit die Knochen nicht anbrennen.

Den Rücken in einen großen Bräter legen und zugedeckt in den Holzbackofen schieben.

Nach ca. 2,5 Stunden aus dem Ofen nehmen. Die Kerntemperatur sollte 58°C betragen.

Zwischendurch mit dem eigenen Saft bestreichen. Das Fleisch erst am Ende etwas salzen.

Die Schalotten und geschälten Pastinaken in feine Würfel schneiden. Die Gemüse in Butter andünsten, ohne dass sie Farbe annehmen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. In ein Schraubglas füllen und gut verschließen.

Die Prinzessböhnchen und die Wachsbruchbohnen putzen, die dicken Bohnen aus den Schoten schälen. Alle Sorten in kochendem Wasser einzeln blanchieren und im Eiswasser abschrecken, sodass die Vitamine und Farbe erhalten bleiben. Bitte beachten: erst die gelbe Wachsbruchbohnen, dann die dicken Bohnen und zum Schluss die Prinzessböhnchen blanchieren.

Vor dem Anrichten, die Pastinaken-Scharlottenbutter in einem großen Topf erwärmen, die Bohnen hinzufügen, unterheben und schonend ca. 5 - 7 Minuten, garen, bis sie richtig heiß sind und sich die Zutaten miteinander verbunden haben. Salzen und pfeffern und vor dem Servieren evtl. mit etwas Zitronenzesten abschmecken.

Die Drillinge aussortieren und waschen. In einen Bräter, mit der aufgeschnittenen Seite nach unten legen, und mit Salz und Sonnenblumenöl vermengen. Auf den Backofenboden stellen und bei 180°C im vorgeheizten Backofen ohne Deckel ca. 45 Minuten garen. Rosmarin zupfen und ca. 10 Minuten mitgaren.

### Nachspeise: Himbeer-Joghurt-Hirse-Dessert



#### Zutaten:

120 g Hirse  
10 g Butter  
200 ml Wasser  
150 ml Orangensaft  
1-2 EL brauner Zucker  
200 g Joghurt  
300 g Himbeeren, tiefgekühlt  
2 EL brauner Zucker  
evtl. Minzblatt für Dekoration

#### Zubereitung:

Hirse nach Packungsanleitung waschen. Butter erhitzen, Hirse in der Butter 3-5 Minuten anrösten, ohne das die Hirse braun wird. Mit Wasser ablöschen, noch einmal aufkochen lassen und 10 Minuten ruhen lassen, nochmals Orangensaft unterrühren bis die Konsistenz passt. Mit 1-2 Esslöffel braunem Zucker abschmecken und auskühlen lassen. Kalten Joghurt 20 Prozent mit der ausgekühlten Hirse verrühren.

Tiefgekühlte Himbeeren mit braunem Zucker bestreuen, auftauen lassen, pürieren und durch ein Sieb streichen. Die Joghurt-Hirse in ein Glas füllen und die Himbeeren-Sauce als Spiegel auf das Dessert füllen. Kaltstellen. Vor dem Servieren mit einigen frischen Himbeeren und einem Minzblatt garnieren.

**Guten Appetit!**