



Siedfleisch vom Nierenzapfen (Onglet)

Grillspezialisten werden mich ob diesem Rezept verachten, denn das kurzgebratene Onglet gehört zu den Paradenstücken der Grillkunst, nicht zu unrecht, denn ist sehr saftig, aromatisch und fast so zart wie ein Filet. Als Siedfleisch zubereitet wird es vielleicht nicht ganz so zart, überzeugt aber mit kräftigem Fleischgeschmack und die Bouillon, die dabei zurückbleibt, ist einfach nur köstlich.

Für das kurzgebratene Onglet muss die zähe Sehne, die das Fleisch in der Mitte durchzieht herausgeschnitten werden (siehe da), diese und die Abschnitte, die beim Parieren entstehen können ausgekocht werden, das gibt ein feines Extrakt das die Bouillon zu etwas speziellem macht.

Zutaten (1 Portion)

200g	Nierenzapfen vom Rind (Onglet)
8dl	milde Rindsbouillon
1dl	geliertes Sud von den Parüren
20g	Tafelbutter
2-3cl	Sherry
	Pfeffer
60g	Parüren
30g	Zwiebel

Vorbereiten:

Parüren mit Zwiebel in ca. 2dl Wasser kalt aufsetzen und langsam etwa auf die Hälfte einkochen. Sud absieben und auskühlen lassen. Oberste, trübe Schicht vom gelierten Sud mit einem Löffel abheben und entsorgen.

Zubereitung:

Bouillon mit dem gelierten Sud auf auf 85° aufheizen. Nierenzapfen zugeben und 3 bis 3 1/2 Stunden ziehen lassen. Das Fleisch ist gar, wenn es auf leichten Druck nachgibt. Eventuell etwas Wasser nachgiessen.

Ca. 30 Minuten bevor das Fleisch gar ist, Gemüse im Dampfsieb garen (Rüebli, Lauch, Kartoffel, Zwiebel).

Sobald das Fleisch gar ist, 5cl Bouillon in ein Pfännchen geben kurz aufkochen, Sherry zugeben. Sobald die Bouillon nicht mehr kocht, die kalte Butter stückchenweise mit einem Schaumbesen in die Sauce einrühren.



Parüren und Zwiebel

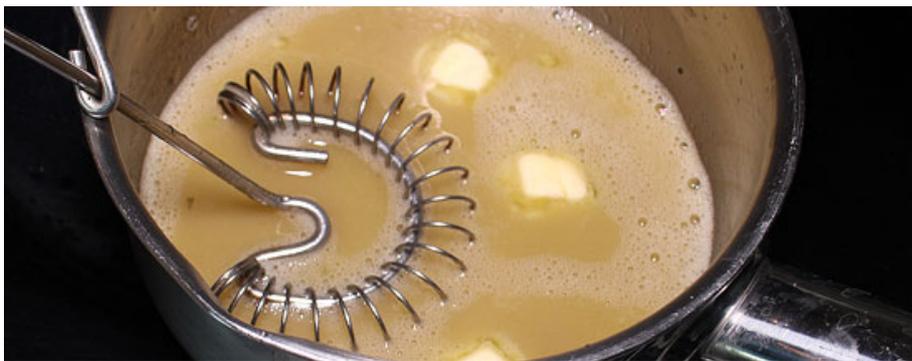


Parüren auskochen



Gelierter Sud von den Parüren





Butter in die Sherry-Bouillon einmontieren



Köstliche Rindfleischbouillon mit Crôutons