

Ragout vom Rinderherz mit Mini-Kartolleltartes

 swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-stephanie-froehlich-102.html

KOCH/KÖCHIN

Stephanie Fröhlich

REZEPTAUTOR/IN

Stephanie Fröhlich

Stephanie Fröhlich bereitet Ragout vom Rinderherz mit Mini-Kartolleltartes als Beilage zu.



SWRSWR/megaherz - Anne Deiß

Zutaten Rinderherz: :

- 1 kg Rinderherz
- 500g Zwiebeln
- 4 EL Paprika edelsüß
- 1 Prise Zucker
- 1 Prise Cayenne Pfeffer
- 1 Prise Salz
- Soja- und Worcestersauce
- Balsamico Essig
- Wasser
- Etwas Fett zum Anbraten

Zubereitung Rinderherz:

Das Rinderherz in mundgerechte Stücke schneiden, Zwiebeln schälen und grob würfeln.

Nun den Bräter sanft erhitzen und die Zwiebeln in etwas Fett anbraten und schmoren lassen. Wenn die Zwiebeln glasig sind, mit Balsamico ablöschen und direkt eine Prise Zucker darüber geben. 5 Minuten weiter schmoren lassen.

Mit mehreren Spritzern Worcestersauce und dunkler Sojasauce erneut ablöschen.

Ist die Flüssigkeit verdampft, das Paprikapulver darüber streuen und kurz mit anbraten. Dann das Fleisch dazugeben und mischen. Nur einen Schuss Wasser dazugeben und sofort den Deckel schließen.

Bereits nach einer halben Stunde ist mit dem Fleischgang eine feine Sauce entstanden, in der das Ragout nun für weitere 3 - 4 Stunden auf kleinster Flamme schmoren kann. (Die Garzeit hängt davon ab, wie groß die Fleischstücke geschnitten wurden. Immer mal wieder kann man ein Stückchen herausnehmen und probieren ob es schon zart ist). Nach belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mini-Kartolleltartes

Zutaten Teig:

- 250 Gramm Dinkelmehl
- 100 Gramm Butter
- 250 Gramm Quark
- 1/2 TL Salz

Zutaten Füllung:

- 3-4 Kartoffeln
- Zucchini
- Cocktailtomaten
- 2 Eier
- 50 ml Milch oder Rahm
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Cayenne Pfeffer
- Muskat

Zubereitung Mini-Kartolleltartes:

Aus allen Zutaten für den Teig stellt man einen gehackten Teig her und stellt ihn zunächst nochmal in den Kühlschrank.

Für die Füllung werden die Kartoffeln gewaschen, halbiert und in dünne Scheibchen geschnitten (oder gehobelt)

Zucchini in Scheibchen schneiden. Cocktailtomaten halbieren. Diese Zutaten für die Füllung werden gut miteinander vermengt.

Nun nimmt man den Quarkblätterteig aus dem Kühlschrank und teilt in ihn 15 kleine Portionen. Für die Mini-Tartes Kann man einfach Muffinförmchen oder falls zur Hand Tarteförmchen nehmen. Diese werden nun mit dem Quarkblätterteig ausgekleidet. Die dünn gehobelten Kartoffelscheibchen können nach Belieben in 10 Förmchen auf den Teig geschichtet werden. 5 Teiglinge werden blind gebacken. (Sie werden mit Linsen oder Erbsen befüllt und bereits nach der halben Garzeit aus dem Ofen geholt - der Inhalt kann herausgenommen und wieder verwendet werden). Nun kommt die Ei - Milch Masse über die Kartoffelscheibchen bis diese fast bedeckt sind. In die Mitte setzt man nun im Wechsel eine halbe Cocktailtomate und eine Zucchinischeibe.

Zum Schluss kann man noch ein wenig Parmesan über die Tartes reiben.