



## Folge 5: Die Straußenfarm aus Wemelskirchen

### Rezepte von Susanne Burghoff

*Alle Mengenangaben für sechs Personen*

#### **Vorspeise: Straußen-Carpaccio mit Pinienkernen, Rucola und Parmesan**



#### **Zutaten:**

120 ml Olivenöl  
120 g Pinienkerne  
480 g Straußenfilet (tiefgekühlt)  
1 Bund Rucola  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
120 g Parmesan (am Stück)

#### **Zubereitung:**

Sechs Teller mit Olivenöl bestreichen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldgelb anrösten und wieder herausnehmen.

Das Straußenfilet aus dem Tiefkühlfach nehmen und mit der Aufschnittmaschine in etwa 1 mm dünne Scheiben schneiden und die Fleischscheiben in gefrorenem Zustand sofort auf den Tellern verteilen.

Den Rucola verlesen, waschen und trocken schütteln, große Blätter klein zupfen. Den Rucola und die Pinienkerne auf dem Carpaccio verteilen. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem übrigen Olivenöl beträufeln. Den Parmesan darüber hobeln und das Straußen-Carpaccio servieren.



## Hauptgang: Straußenfilet in Honig-Balsamico-Sauce mit karamellisiertem Paprikagemüse und Süßkartoffelpüree



### Zutaten:

#### Für das Filet:

1,2 kg Straußenfilet  
100 ml Rapsöl (oder Sesamöl)  
Salz; Pfeffer aus der Mühle  
2 TL Thymianblättchen  
Öl zum Braten  
300 g Sahne  
evtl. etwas Gemüsebrühe  
(oder Wasser)  
4 TL Aceto balsamico  
2 TL Honig (oder Zuckerrübensirup)

#### Für das Püree:

1,6 kg Süßkartoffeln  
150 ml Milch (oder Sahne)  
100 g Butter  
Salz; Pfeffer aus der Mühle  
Zimtpulver  
1/2 TL Chiliflocken

#### Für das Gemüse:

ca. 1,3 kg Paprikaschoten, bunt  
je 2 Zwiebel und Knoblauchzehen  
3 EL Öl  
3 EL Zucker  
Salz, Pfeffer aus der Mühle

### Zubereitung:

Für das Straußenfilet das Filet in eine Schüssel legen. Das Öl mit Salz, Pfeffer und dem Thymian mischen und darübergießen. Das Filet zugedeckt im Kühlschrank 3 bis 4 Stunden marinieren. Das Filet 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

Den Backofen auf 90 °C vorheizen. Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Filet darin bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1 1/2 bis 2 Minuten anbraten. Herausnehmen, in eine ofenfeste Form legen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 2 Stunden gar ziehen lassen.

Für das Süßkartoffelpüree die Süßkartoffeln schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. In kochendem Salzwasser mit geschlossenem Deckel 20 bis 25 Minuten kochen. Abgießen und bei sehr schwacher Hitze im offenen Topf ausdampfen lassen. Die Milch oder Sahne, die Butter, etwas Salz, 1 Prise Zimt, Muskatnuss und Chiliflocken in einem Topf aufkochen. Die Süßkartoffeln mit den Quirlen des Handrührgeräts im Topf zerkleinern, dabei die kochende Milchmischung unterrühren. Das Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Paprikagemüse die Paprikaschoten längs halbieren, entkernen, waschen und in Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen und halbieren.



Eine beschichtete Pfanne auf mittlere Hitze erwärmen. Das Olivenöl und den Knoblauch hineingeben, den Knoblauch goldgelb braten und wieder herausnehmen.

Den Zucker in die Pfanne streuen und mit dem Öl verrühren. 1 Minute karamellisieren. Die Paprikaschoten und die Zwiebeln dazugeben und alles gut vermischen. Das Gemüse bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten bissfest braten. Mit reichlich Salz und Pfeffer würzen, nach Belieben mit etwas Balsamico bianco ablöschen.

Die Form aus dem Ofen nehmen und das Filet herausnehmen. Den Bratenfond mit der Sahne, eventuell etwas Brühe oder Wasser, dem Essig und dem Honig ablöschen und ein paar Minuten bei mittlerer Hitze unter Rühren einkochen lassen. Das Fleisch in Scheiben schneiden und auf Teller verteilen. Etwas Sauce darübergeben, das Paprikagemüse und das Süßkartoffelpüree daneben anrichten.

## Dessert: Zweierlei mit Eierlikör



### **Zutaten:**

#### Für die Crème brûlée:

1 große Vanilleschote  
75 ml Milch  
200 g Sahne  
3 Eigelb  
30 g Zucker  
100 ml Eierlikör  
6 TL brauner Zucker zum Karamellisieren

#### Für die Creme:

200 g Speisequark  
200 g Mascarpone

50 g Zucker  
1 Päckchen Vanillezucker  
75 ml Eierlikör  
150 g Sahne

#### Außerdem:

100 g Mandelblättchen  
2 EL brauner Zucker  
12 EL Eierlikör  
6 TL Erdbeerkonfitüre (am besten selbst gemacht)  
3 Erdbeeren



### **Zubereitung:**

Für die Crème brûlée die Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Das Mark und die Schote mit der Milch in einen kleinen Topf geben. Einmal aufkochen und dann abkühlen lassen.

Den Backofen auf 150 °C vorheizen. Die Sahne und die Eigelbe in eine Schüssel geben. Die Vanilleschote aus der Milch entfernen und die Vanillemilch zur Sahne-Eigelb-Mischung geben. Alles mit den Quirlen des Handrührgeräts verrühren. Den Zucker und den Eierlikör unterrühren.

Die Creme auf sechs ofenfeste Schälchen (à ca. 150 ml Inhalt) verteilen und diese in das hohe Backblech oder eine große ofenfeste Form stellen. Das Blech oder die Form auf die mittlere Schiene stellen und seitlich so viel kochendes Wasser angießen, dass die Förmchen bis knapp zum Rand im Wasser stehen. Die Creme im Ofen etwa 1 Stunde stocken lassen. Die Förmchen herausnehmen, die Creme abkühlen lassen und zugedeckt mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Für die Quark-Mascarpone-Creme den Quark, den Mascarpone, den Zucker und den Vanillezucker mit den Quirlen des Handrührgeräts gut verrühren. Den Eierlikör unterrühren. Die Sahne steif schlagen und unterheben.

Die Mandelblättchen mit dem braunen Zucker in einer Pfanne karamellisieren. Zum Schichten ein Drittel der Quark-Mascarpone-Creme auf Gläser verteilen, je 1 EL Eierlikör daraufgeben. Es folgt je 1 TL Erdbeerkonfitüre, darauf wieder ein Drittel der Quark-Mascarpone-Creme schichten, darauf je 1 EL Eierlikör geben und mit der übrigen Quark-Mascarpone-Creme abschließen. Die Erdbeeren halbieren und je 1 Hälfte daraufsetzen. Mit den karamellisierten Mandelblättchen bestreuen.

Die Crème brûlée aus dem Kühlschrank holen. Den Zucker gleichmäßig auf der Creme verteilen und mithilfe des Flambierbrenners langsam und gleichmäßig abflammen, bis sich eine glatte Karamellschicht gebildet hat. Das Zweierlei zusammen servieren.

**Guten Appetit!**