

■ KOHLRABI-KÜRBIS-STEAK MIT FETA UND COGNAC-PFEFFER-SAUCE REZEPT FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN ZUBEREITUNG

Für das Kürbis-Kohlrabi-Steak

1 großer Kürbis
2 Kohlrabi
200 g Feta
2 Eier
evtl. etwas Semmelbrösel
Kürbiskerne
etwas Salz zum Kochen
und Öl zum Ausbraten
etwas Salz, Muskat

• *Für das Steak:* Kürbis und Kohlrabi schälen, raspeln und in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren. In einem Sieb abgießen und ausdampfen lassen, gegebenenfalls in einem Tuch restliche Feuchtigkeit auspressen. Wenn die Masse noch lauwarm und trocken ist, zerbröselten Feta zugeben und mischen. 2 Eier, etwas Salz und Muskat zugeben und eventuell mit etwas Semmelbrösel verfestigen. Bratlinge formen, in Kürbiskernen wälzen und goldbraun ausbraten.

Für die Sauce

1 EL Tomatenmark
etwas Olivenöl
1 Glas Rotwein
rosa Pfeffer
etwas Zucker
Cognac
ggf. etwas Kartoffelstärke
zum Verfeinern etwas Sahne,
Creme Fraiche oder Hafersahne

• *Für die Sauce:* Tomatenmark in einem breiten Topf mit etwas Olivenöl anbraten und immer wieder mit Rotwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Wenn es schön braun und sämig ist, ist die Basis der Pfeffersauce fertig.
In einem anderen Topf etwas rosa Pfeffer mit etwas Zucker karamellisieren. Mit etwas Cognac ablöschen oder flambieren und mit der braunen Saucen-Basis aufgießen, gegebenenfalls mit etwas Kartoffelstärke binden.
Zum Verfeinern etwas Sahne, Creme Fraiche oder Hafersahne zugeben.

Als Beilage empfehlen wir Bratkartoffeln und Blumenkohlröschen.

Tipp der Küche: Etwas frittierten Rucola darübergeben.

Guten Appetit!

