

# ENTRECÔTE DOUBLE MIT HASELNUSSSAUCE

Ich ziehe das Entrecôte double mit einem Gewicht von 300–400 Gramm einem grossen Entrecôte vor, da ich nicht gerne allzu grosse Fleischscheiben auf dem Teller habe. Im Gegensatz zu diesem wird das Entrecôte double quer geschnitten, was appetitlich kleine Scheiben ergibt. Aber wie vieles ist natürlich auch dies Ansichtssache, und ich überlasse Ihnen gerne die Wahl, mit welchem Fleischstück Sie dieses Gericht mit seiner originellen Sauce zubereiten. Wer Haselnüsse nicht verträgt oder mag, kann die Sauce auch mit Mandeln oder Pinienkernen zubereiten.

Für 4–6 Personen

80 g Haselnuskerne  
1 mittlere Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 Bund Petersilie  
2 Entrecôtes doubles, je 300–350 g schwer  
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
2–3 Esslöffel Olivenöl  
75 g Butter  
150 ml Weisswein  
½ Teelöffel Fleischextrakt oder ganz wenig Bouillonpaste

1 Die Haselnüsse auf ein Blech geben und im 200 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille 10–15 Minuten rösten; dabei die Nüsse auf dem Blech zwei- bis dreimal durchrütteln. Auf ein Küchentuch geben und die braunen Häutchen abrubeln. Dann die Nüsse mit dem Zwiebelhacker oder dem Wiegemesser mittelfein hacken, jedoch auf keinen Fall mahlen, da sie sonst zu «mehlig» in der Konsistenz werden.

2 Die Ofentemperatur auf 80 Grad reduzieren und eine Platte mitwärmen.

3 Zwiebel und Knoblauch schälen und sehr fein hacken, ebenso die Petersilie.

4 Die Entrecôtes doubles mit Salz und Pfeffer würzen. Im heissen Olivenöl rundum – auch an den Enden – je nach Dicke der Fleischstücke insgesamt 2½–3 Minuten kräftig anbraten. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im 80 Grad heissen Ofen 1 Stunde (saignant, blutig) bis 1½ Stunden (à point, rosa) nachgaren lassen.

5 Inzwischen im Bratensatz 25 g Butter schmelzen. Zwiebel, Knoblauch und Haselnüsse darin unter Wenden 2–3 Minuten dünsten. Den Weisswein dazugiessen, Fleischextrakt oder Bouillonpaste beifügen und alles um gut ein Drittel einkochen lassen. Beiseitestellen.

6 Unmittelbar vor dem Servieren die Ofentemperatur auf 230 Grad erhöhen und die Entrecôtes doubles in aufsteigender Hitze 5 Minuten Temperatur annehmen lassen.

7 Gleichzeitig die Haselnusssauce nochmals aufkochen. Die Petersilie beifügen. Dann die restliche Butter (50 g) in Flocken in die leicht kochende Sauce geben und einziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

8 Die Entrecôtes doubles quer in Scheiben aufschneiden, auf die Platte zurückgeben und mit Haselnusssauce beträufeln. Sofort servieren.

Dazu passt: Rosmarinkartoffeln (Rezept Seite 192), Kartoffeln nach Risottoart (Rezept Seite 190), Erbsotto (Rezept Seite 191), Gemüse-Couscous (Rezept Seite 180)

Zubereitung auch geeignet für:

*Entrecôte*: Ein Stück von 500–900 g je nach Dicke und gewünschter Garstufe rundum, auch an den Enden, insgesamt 3–4 Minuten anbraten, dann 1 Stunde (blutig) bis 1½ Stunden (rosa) nachgaren. Fertiggaren: 5 Minuten in aufsteigender Hitze. Ein Stück von 1–1½ kg je nach Dicke und gewünschter Garstufe rundum, auch an den Enden, insgesamt 4–6 Minuten anbraten, dann 1¼–1¾ Stunden nachgaren. Fertiggaren: 5 Minuten in aufsteigender Hitze.

*Lammrückenfilet*: Je nach Dicke auf jeder Seite nur gerade 1–1½ Minuten anbraten und 50–60 Minuten nachgaren. Fertiggaren: 5 Minuten in aufsteigender Hitze.

*Schweinsfilet*: Rundum insgesamt 4 Minuten anbraten und 1½–1¾ Stunden nachgaren. Fertiggaren: 5–6 Minuten in aufsteigender Hitze.

*Kalbs- oder Schweinsnierstück*: In der Mitte des Ofens bei 230 Grad 8 Minuten anbraten. Dann die Temperatur auf 80 Grad reduzieren; die Ofentüre etwa 5 Minuten offen lassen, damit die Temperatur rasch absinkt. Bei 80 Grad weitere 1½–1¾ Stunden nachgaren. Fertiggaren: 6–7 Minuten in aufsteigender Hitze.

*Pouletbrüstchen*: Je nach Grösse auf jeder Seite 1½–2 Minuten anbraten und 45–60 Minuten nachgaren. Fertiggaren: 5 Minuten in aufsteigender Hitze.





## ROSMARINKARTOFFELN

Für 4–6 Personen als Beilage

800 g kleine Kartoffeln

50 ml Olivenöl

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

2 Zweige Rosmarin

- 1 Die Kartoffeln unter fließendem Wasser gründlich waschen und auf einem Küchentuch trocknen. Dann die Kartoffeln ungeschält vierteln.
- 2 In einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen. Die Kartoffeln beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und in der offenen Pfanne 10 Minuten braten.
- 3 Inzwischen die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und fein hacken.
- 4 Nach 10 Minuten Bratzeit den Rosmarin über die Kartoffeln streuen und diese zugedeckt weitere 10–12 Minuten fertig braten; sie sollen weich und goldbraun sein.

