Rezept

Hirschrückenfilet

Ein Rezept von Hirschrückenfilet, am 27.04.2024

Zutaten

1	Hirschrückenfilet (ca. 600 g)
	Pfeffer
1 Stück	Knollensellerie (ca. 150 g)
1/2 Bund	Petersilie
	frisch geriebene Muskatnuss
	Salz
2 EL	neutrales Pflanzenöl
50 g	Haselnusskerne
1/2 TL	abgeriebene Bio-Zitronenschale
60 g	Butter

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen samt ofenfester Form auf 80° (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Das Fleisch salzen und pfeffern. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch darin bei mittlerer Hitze rundherum 5 – 6 Min. anbraten. In die Form legen und im Ofen (Mitte) ca. 1 Std. 30 Min. garen, bis eine Kerntemperatur von 55° erreicht ist.

2. Etwa 15 Min. vor Ende der Garzeit den Sellerie schälen und fein raspeln. Die Haselnusskerne grob hacken. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Alles mit der Zitronenschale mischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

3. Das Filet aus dem Ofen nehmen, die Temperatur auf 220° plus Grillfunktion erhöhen. Die Selleriemischung auf der Oberfläche des Fleisches verteilen, andrücken und die Butter in Flöckchen darauf verteilen. Unter dem heißen Backofengrill 8 – 10 Min. übergrillen. Das Hirschrückenfilet sollte dann eine Kerntemperatur von 60° haben. Das Filet herausnehmen und ca. 5 Min. ruhen lassen. Zum Servieren vorsichtig in vier Stücke schneiden. Soll das Filet nicht überbacken werden, ca. 2 Std. bis zur Kerntemperatur von 60° garen.