

Rezept

Gamsrücken mit Haselnusskruste

Ein Rezept von Gamsrücken mit Haselnusskruste, am 28.06.2026

Zutaten

2 Gamsrückenfilets (à 300 g)	75 ml Öl
3 TL Thymianblättchen	80 g Haselnussblättchen
2 Scheiben Toastbrot	2 EL Waldhonig
2 TL Meerrettich (aus dem Glas)	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 450 kcal

Zubereitung

1. Gamsrücken von Häutchen befreien. Filets mit Öl und 1 EL Thymianblättchen in einen Gefrierbeutel geben, verschließen, mischen und bei Raumtemperatur 3 Std. marinieren. Nüsse in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Toast entrinden und im Blitzhacker zerkrümeln. Mit Nüssen, restlichem Thymian, Honig, Meerrettich, Salz und Pfeffer verrühren.
2. Backofen samt einer ofenfesten Form auf 180° vorheizen. Filets aus der Marinade nehmen, trocken tupfen, quer halbieren und salzen und pfeffern. Marinieröl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch darin auf beiden Seiten in je 2-3 Min. braun anbraten und in die heiße Form legen. Die Nussmasse darauf verteilen, andrücken und im Ofen (Mitte, Umluft nicht empfehlenswert) offen in 12-15 Min. rosa garen. Aufgeschnitten mit Sauce servieren.