

Rezept

Rehrücken mit Kräutern

Ein Rezept von Rehrücken mit Kräutern, am 20.04.2024

Zutaten

| | |
|------------------------------------|--------------------------|
| 2 Rehrückenfilets (à 400 g) | 50 ml Olivenöl |
| 75 g weiche Butter | 1 EL Semmelbrösel |
| Salz | Pfeffer |
| 25 g TK-Kräutermischung | |

Rezeptinfos

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

Zubereitung

1. Fleisch von Häutchen befreien. Filets mit Öl in einen Gefrierbeutel geben, verschließen, mischen und bei Raumtemperatur 1 Std. marinieren. Die Butter mit Semmelbröseln, Salz, Pfeffer und den Kräutern verkneten. Zwischen Frischhaltefolie in der Größe des Rehrückens ausrollen, 1 Std. kühlen.
2. Backofen samt einer ofenfesten Form auf 160° vorheizen. Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen, würzen. Fleisch im heißen Marinieröl bei starker Hitze beidseitig in je ca. 1 Min. anbraten. Fleisch in die Form legen, Kräuterbutter darauflegen und andrücken. Im Ofen (Mitte, Umluft nicht empfehlenswert) offen in 6-8 Min. rosa garen.