Gegrilltes Rinderherz mit Knoblauchbutter auf Romanescopüree



Leckeres, würziges Püree

Rinderherz unbedingt von allem überschüssigem Blut, großen Blutgefäßen, Sehnen und vor allem Fett befreien. Solchermaßen bereinigtes Rinderherz hat von der Farbe her fast eine Anmutung an frischen, rohen, roten Thunfisch. Dann in kurze, schmale Scheiben schneiden und in der Pfanne nur jeweils eine Minute auf jeder Seite grillen. So gelingt Rinderherz medium und ist einfach köstlich.

Auch das Püree gelingt sehr gut. In ein gutes Püree gehört auch immer eine gute Portion Butter. Natürlich neben einer kleinen Menge frisch geriebener Muskatnuss. Ein Sternekoch hat sich einmal in einer Kochsendung geäußert, wenn ein Koch sagt, er gibt noch „etwas Butter“ hinzu, dann handelt sich meistens

um eine halbe oder ganze Packung Butter. Also 125–250 g. Manche Köche bereiten ihr Püree mit der halben Menge Hauptzutat, z.B. Kartoffeln, und halber Menge Butter zu, also 50:50. Ein französischer Koch würde einfach sagen, „Moitié–Moitié“. Probieren Sie es einfach aus. Je mehr Butter, um so sämiger, geschmeidiger und schlotziger wird das Püree.

Zutaten für 2 Personen:

- 600 g Rinderherz
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Knoblauchbutter
- Öl

Für das Püree:

- 2 kleine Romanescoköpfe
- eine große Portion Butter
- Muskatnuss
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- einige EL des Kochwassers

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.



Medium gegrilltes Rinderherz

Zubereitung:

Romanesco putzen, Blätter entfernen, alle kleinen Röschen einzeln abtrennen und in eine Schüssel geben.

Röschen in einem großen Topf mit kochendem Wasser etwa 15 Minuten garen. Röschen in ein Küchensieb geben, dabei aber das Kochwasser in einer Schale auffangen. Röschen wieder zurück in den Topf geben, die große Portion Butter dazugeben, mit Salz, Pfeffer, frischer Muskatnuss und einer Prise Zucker würzen. Alles mit dem Stampfgerät oder auch dem Pürierstab zerkleinern. Eventuell einige Esslöffeln des Kochwassers hinzugeben und das Püree noch geschmeidiger machen. Püree abschmecken und warmhalten.

Parallel dazu Rinderherz wie in der Einleitung beschrieben reinigen und in dünne, kurze Scheiben schneiden. Auf jeweils allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Grillpfanne erhitzen und Rinderherzscheiben auf

jeweils jeder Seite 1 Minuten grillen.

Püree auf zwei Teller verteilen und jeweils auf den Tellern eine längliche Rolle daraus bilden. Jeweils mehrere Rinderherzstücke quer auf die Rolle legen. Auf jedes Rinderherzstück ein kleines Stück Knoblauchbutter geben.

Servieren. Guten Appetit!