

HAUPTGERICHTE

»Ein verkanntes Stück vom Rind: Versuchen Sie es einmal als Braten!«



Hochrippe auf Zwiebelgemüse

Ich spüle das feine Fleisch, das zart von Fett durchzogen ist, kurz mit kaltem Wasser ab und tupfe es gut trocken. Das Fett am Rand schneide ich etwas ein, damit sich das Fleisch beim Braten nicht zu sehr zusammenzieht.

- Jetzt putze ich die Zwiebeln und schneide sie in feine Scheiben, so dass ich Halbringe erhalte. Ich erhitze eine gute Nuss Butter im Topf, gebe die Zwiebelscheiben hinein und streue den Zucker und ordentlich Salz darüber, so können sie gut anschmoren und bräunen.

- Aber aufgepasst! Die Zwiebeln brauchen ein wenig Geduld und Aufmerksamkeit: Sie müssen bei großer Hitze gebräunt werden, damit die austretende Flüssigkeit verdampft. Dabei rühre ich sie immer wieder um, denn sie dürfen nicht verbrennen. Sind die Zwiebelringe schön angebräunt, gieße ich den Weißwein an und lasse sie weiteranschmoren. Wer keinen Alkohol verwenden möchte: Es schmeckt auch mit gutem Apfelsaft.

- Inzwischen erhitze ich den Ofen auf 180 Grad.

- In einer zweiten Pfanne erhitze ich das Öl und gebe eine Knolle Knoblauch dazu, die ich nicht geputzt, sondern einfach waagrecht in vier Scheiben geschnitten habe. Ich gebe etwas vom frischen Thymian und Majoran dazu und dann das Fleisch hinein. Die Hochrippe brate ich bei großer Hitze schön braun an, dabei schöpfe ich wie gewohnt das Fett immer wieder mit einem Löffel darüber. Ich gebe dann kräftig Salz und Pfeffer aus der Mühle darüber. Voilà.

- Das fertig angebratene Hochrippenfleisch lege ich auf die gebräunten Zwiebeln und obendrauf noch ein halbes Bund frischen Thymian und die Knoblauchscheiben. So kommt das Ganze in den heißen Ofen. Für jeden schäle ich noch drei kleine Kartoffelchen und tourniere sie etwas. Ich gebe sie rundherum ums Fleisch und gare sie mit.

- Inzwischen putze ich die Kräuterseitlinge, halbiere sie und dünste sie zusammen mit einer fein gewürfelten Schalotte in Butter an. Dann gebe ich noch ein paar Blättchen glatte Petersilie fein gehackt darüber.

- Das Fleisch ist nach etwa 40 Minuten gut und herrlich zart. Ich gebe die Seitlinge zu den Kartoffeln und Zwiebeln und zum Schluss noch fein geschnittene Petersilie darüber. Nun muss ich nur noch das Fleisch aufschneiden und es auf den vorgewärmten Tellern mit dem Zwiebelgemüse servieren. Ein Genuss!

FÜR 4 PERSONEN • Foto rechts

1 kg Hochrippe • 2 EL neutrales Öl (z. B. Raps- oder Sonnenblumenöl) • 1 Knolle Knoblauch • 1 Bund Thymian • ½ Bund Majoran • Meersalz • Pfeffer aus der Mühle • 12 kleine Kartoffeln • 250 g Kräuterseitlinge • 1 Schalotte • 1 EL Butter • ½ Bund glatte Petersilie

Zwiebelgemüse: 500 g Zwiebeln • 30 g Butter • 2 TL Zucker • Meersalz • 200 ml Weißwein (oder Apfelsaft)



Lea Linster: die Chefin

»Chef« ist die traditionelle Anrede in der Profi-Küche. Und hier in ihrem Restaurant im luxemburgischen Frisange, direkt an der Grenze zu Deutschland und Frankreich, ist Lea die absolute Chefin: Kein Gericht verlässt die Küche, das sie nicht probiert hat. Neue Kreationen entstehen in enger Zusammenarbeit mit ihren Köchen und Pâtissiers. Es wird so lange geprobt und verbessert, bis die Chefin zufrieden ist.

