



Kochen

Timo Böckle

Mittwoch, 27.08.2025

Capriolo Tonnato (Reh mit Thunfischsauce)

Für 4 Personen

Zutaten

Für das Fleisch

1 Bund Suppengemüse (Karotte, Lauch, Sellerie)
1 Zwiebel
1 Lorbeerblatt
4 Pfefferkörner, schwarz
1 Gewürznelke
etwas Salz
100 ml Weißwein, trocken oder Gemüsebrühe und Saft einer Zitrone
800 g Rehfleisch (z. B. Nuss oder Oberschale)

Für die Thunfischsauce

1 Dose Thunfisch, in Öl (ca. 150 g Abtropfgewicht)
4 Sardellenfilets, in Öl
3 Kapernäpfel
2 Eigelb (Größe M, hart gekocht)
etwas Brühe (z. B. Kochsud vom Reh)
200 ml Sonnenblumenöl
0,5 Biozitrone, Saft und evtl. etwa abgeriebene Schale davon
etwas Salz
etwas Pfeffer

Für Crostini und Kapernbutter

4 Stiele Petersilie
1 Knoblauchzehe, nach Belieben
1 EL Kapern, eingelegt, abgetropft
100 g Butter, weich
etwas Salz
1 Ciabatta oder Baguette

Zum Garnieren

0,5 Biozitrone
50 g Rauke
2 Tomaten
einige Kapernäpfel

Zubereitung:

1. **Für das Fleisch** das Suppengemüse putzen, ggf. schälen und grob schneiden. Zwiebel putzen, halbieren. Suppengemüse, Zwiebelhälften, Lorbeer, Pfefferkörner, Gewürznelke, Salz und Weißwein in einen großen Topf geben.
2. Das Rehfleisch in den Sud einlegen. Mit Wasser bedecken und aufkochen lassen. Dann ca. 40 Minuten (abhängig von der Größe) bei geringer Hitze sanft köcheln lassen.
3. Fleisch aus dem Kochfond heben und zugedeckt im Kühlschrank vollständig abkühlen lassen. Brühe durch ein feines Sieb passieren und beiseitestellen.
4. **Für die Thunfischsauce** Thunfisch und Sardellenfilets abtropfen lassen und in einen hohen Mixbecher geben. Kapern, hartgekochte Eigelbe und etwas von der Brühe zugeben und alles fein pürieren.
5. Nach und nach das Öl untermischen, bis eine cremige Konsistenz entsteht (ähnlich einer Mayonnaise). Mit Zitronensaft (etwas Schale (nach Belieben), Salz und Pfeffer würzen. Je nach Bedarf mit mehr Brühe oder Zitronensaft die Konsistenz anpassen.



6. **Für die Kapernbutter** Petersilie, abbrausen, trocknen und fein schneiden. Knoblauch abziehen und hacken. Kapern ebenfalls grob hacken.

7. Weiche Butter in eine Schüssel geben und mit den vorbereiteten Zutaten mischen und mit etwas Salz abschmecken.

8. **Zum Servieren** Zitrone heiß abbrausen trockenreiben und die Schale in feinen Streifen abziehen. Rauke putzen, abbrausen, trockenschleudern und grob zerzupfen. Tomaten abbrausen, trockenreiben, putzen und würfeln.

9. Das erkaltete Fleisch am besten mit einer Aufschnittmaschine in sehr dünne Scheiben schneiden.

10. **Ciabatta oder Baguette kurz vor dem Servieren** in Scheiben schneiden und goldbraun rösten (entweder in der Pfanne, im Backofen oder Toaster). Brot etwas abkühlen lassen und mit der Kapernbutter bestreichen.

11. das Fleisch Auf einem Teller oder einer Platte überlappend auslegen. Großzügig mit der Thunfischsoße bedecken. Mit Kapernäpfeln, Zitronenzesten, Tomatenwürfeln und Rauke garnieren. Röstbrote dazu servieren

Tipp: Kalt servieren – ideal nach 2–3 Stunden Marinierzeit.