

Kochen

Rezept von Timo Böckle aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 10.12.2025

Rehrücken im Gewürzmantel mit Kartoffel-Butterpüree und Holunder-Rotkohl

Für 4 Personen

Zutaten

Für den Rehrücken

750 g Rehrücken (küchenfertig vorbereitet; ohne Knochen)
1 EL Butterschmalz
etwas Pfeffer (grob geschrotet)
etwas Salz
5 EL Butter

Für den Holunderrotkohl

1 Rotkohl, ca. 1,2 kg
2 Zwiebeln
4 EL Zucker, braun
2 EL Butterschmalz
250 ml Gemüsebrühe
200 ml Rotwein (oder Brühe)
100 ml Holunder-Muttersaft ; z.B. aus dem Naturkostladen oder Reformhaus
etwas Salz
etwas Pfeffer
2 EL Balsamessig
2 TL Holunderblütensirup
1 TL Speisestärke, nach Belieben

Für die Gewürzmischung

1 TL Rosmarinnadeln, frisch
1 TL Bio-Orangenschale, frisch abgerieben
1 TL Bio-Zitronenschale, frisch abgerieben
1 Vanilleschote
etwas Pfeffer, grob geschrotet nach Geschmack
etwas Salz
4 EL Pankobrösel, jap. Paniermehl oder klassisches Semmelbrösel

Für das Kartoffel-Butterpüree

1 kg Kartoffeln, festkochend
etwas Salz
250 g Butter, kalt
150 ml Milch
0,5 Muskatnuss
100 ml Sahne
etwas Pfeffer

Außerdem

Sous-Vide-Garbeutel oder kochfeste Kunststoffbeutel mit auslaufsicheren Verschlussklipsen
Sous-Vide-Vakuuierer, nach Belieben
Sous-Vide-Garer oder -Garstab oder Küchenthermometer

Zubereitung:

- Für den Rehrücken** das Fleisch trocken tupfen, in Portionsstücke schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne hoch erhitzen, das Fleisch darin von allen Seiten kurz und scharf anbraten. Die Rehrücken aus der Pfanne nehmen, mit Küchenpapier kurz abtupfen und von allen Seiten mit Pfeffer und Salz würzen.
- Butter schmelzen. Rehrückenstücke in Sous-Vide-Garbeutel geben, Butter gleichmäßig in die Garbeutel verteilen und alles auf höchster Stufe vakuumieren. Alternativ Rückenstücke und Butter in Garbeutel verteilen, soviel Luft ausstreichen wie möglich und die Beutel auslaufsicher verschließen.
- Sous-Vide Garer oder ein ausreichend großes Behältnis (z. B. Bräter) mit warmem Wasser füllen und Sous-Vide-Garstab oder Küchenthermometer einlegen. Das Sous-Vide-Gerät auf 54 Grad

einstellen. Die verschlossenen Beutel mit dem Rehrücken ins Wasser legen und 1,5 bis 2 Stunden (nicht länger!) bei gleichbleibender Temperatur garen.

4. **Für den Holunderrotkohl** inzwischen den Rotkohl putzen, vierteln und den Strunk herausschneiden. Rotkohl abbrausen, abtropfen lassen und in feine Streifen hobeln. Zwiebeln abziehen und ebenfalls in feine Streifen schneiden.

5. Zucker in einem Schmortopf leicht karamellisieren. Butterschmalz und Zwiebeln einrühren und kurz andünsten. Rotkohl zugeben und ebenfalls andünsten. Mit Brühe ablöschen und etwas einkochen lassen. Rotwein und Holundersaft zugeben und wieder etwas einkochen lassen (der Kohl ist am Anfang etwas flüssig, die Flüssigkeit sollte möglichst stark einkochen, damit der Kohl schön sämig wird). Kohl mit Salz und Pfeffer würzen, bei schwacher Hitze unter gelegentlichem Rühren 30–40 Minuten schmoren.

6. **Für die Gewürzmischung** frische Rosmarinnadeln im Mörser zu einer feinen Paste reiben. Orangen- und Zitronenschale zugeben. Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark auskratzen und zusammen mit Pfeffer und 1 kleinen Prise Salz ebenfalls in den Mörser geben. Alles weiter mörsern, bis sich die Zutaten komplett vermengt haben. So viel Pankomehl untermischen, dass ein grobes, streufähiges Gewürz entsteht.

7. **Für das Kartoffelpüree** Kartoffeln schälen, abbrausen und in gleichmäßige Stücke schneiden. In Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Butter in kleine Würfel schneiden und kaltstellen. Die Milch erhitzen und mit Muskatnuss würzen.

8. Die Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen. Kartoffeln mithilfe einer „Flotte Lotte“ (Passiergerät) in eine Schüssel passieren. Kartoffelmasse mit einem stabilen Schneebesen rühren, die Butter würfelweise in das Püree geben. Abschließend die heiße Milch hinzufügen - dabei kräftig rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

9. **Den fertig geschmorten Rotkohl** mit Salz, Pfeffer, Essig und Holunderblütensirup abschmecken. Kohl nach Belieben mit etwas in Holundersaft oder Wein angerührter Stärke binden und weitere 3 Minuten köcheln lassen. Rotkraut dann nochmals abschmecken.

10. **Die Rehrückenstücke** aus den Beuteln entnehmen gegebenenfalls nochmals kurz in die leicht warme Pfanne geben, mit der Gewürzmischung bestreuen und kurz durchschwenken. Alternativ mit der Gewürzmischung bestreuen - dann umgehend aufschneiden.

11. Kartoffelschnee, Holunderrotkohl und Rehrücken auf vorgehewärmten Tellern anrichten und servieren.

Tipp: Unbedingt darauf achten, dass die Rückenstücke nicht zu lange von einer Seite gebraten werden. Sie sollen außen eine schöne Bräunung haben, dürfen aber keinen grauen Rand bekommen - also nur ganz kurz anbraten. Die Kartoffeln von Hand rühren! Keinen Stabmixer verwenden, da das Püree dann klebrig und zäh wird.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-rehruecken-im-gewuerzmantel-mit-kartoffel-butterpueree-und-holunder-rotkohl-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.