

Das gibt es bei Kreisbäuerin Renate Höfler

Ein Menü, das an Silvester wenig Arbeit macht

VON JULIA VOGL

Dass sie richtig gut kochen kann, hat Renate Höfler nicht nur bei der Landfrauenküche im Bayerischen Fernsehen bewiesen. Auch der NZ hat sie schon das eine oder andere Rezept verraten – und weil die immer gelingen, hat die Lokalredaktion auch nach Höflers Silvestermenü gefragt. Bei der Kreisbäuerin im Knoblauchsland gibt es Rindertatar, Griefnocksuppe und Kalbsfilet. Und: Herrlich vorbereiten kann man das Menü auch noch.

Als Vorspeise gibt es bei Renate Höfler heuer Rindertatar. „Das ist eine köstliche Vorspeise für einen langen Abend“, sagt sie. Und kompliziert ist das Tatar auch nicht. Man muss einfach nur zwei Sardellenfilets, einen Esslöffel Kapern, eine Gewürzgurke und eine Zwiebel fein hacken. Die gehackte Zwiebel einige Sekunden in kochendem Wasser blanchieren und abkühlen lassen, damit sie feiner schmeckt. Die Zutaten werden zusammen mit etwas Senf und zwei Eigelben unter 300 Gramm Rindertatar gemischt und mit Zucker, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abgeschmeckt. Schön anrichten lässt sich das fertige



Renate Höfler

werden sie in fertiger Rinder- oder Gemüsebrühe (man braucht etwa einen Liter) wieder erwärmt.

Nach einer kurzen Pause folgt der Hauptgang: ein im Ganzen gebratenes Kalbsfilet (etwa 700 Gramm). Das wird mit Salz und Pfeffer gewürzt und in Butterfett rundherum angebraten. Anschließend kommt es auf dem Gitter in den auf 80 Grad vorgeheizten Ofen und wird dort rosa gegart. Nun darf es für eine Stunde ohne Hitze im Ofen ruhen. Am Silvesterabend muss man das Fleisch nur erwärmen (Mikrowelle). In Scheiben geschnitten wird es erst zum Anrichten. Renate Höfler empfiehlt zum Kalbsfilet eine Egerlingsoße, die man einfach aus dem Fleischfond, Pilzen, Kalbsbrühe und Sahne zubereiten kann. „Wer sich nicht so viel Arbeit machen möchte, kann auch nur Kräuterbutter und Kartoffelgratin zum Fleisch servieren“, so Höfler. Sonstige Beilagen? „Ich liebe glasierte Karotten und Nudeln dazu“, so die Kreisbäuerin.

Alle Rezepte sind für jeweils vier Portionen gerechnet



Hübsch angerichtetes Rindertatar, zartrosa gebratenes Kalbsfilet und dazwischen noch ein Suppenklassiker – und das Beste daran: Der Koch muss nicht den ganzen Abend in der Küche verbringen.

Fotos: Renate Höfler



Tatar auf getoastetem Brot. Besonders gut gelingt das, wenn man einen Metallring (etwa einen Plätzchenausstecher oder eine Dessertform) benutzt. Ein paar junge Blattsalate dazu, mit gekochten Eiern garnieren – und fertig ist der erste Gang.

Als Zwischengang serviert Renate Höfler eine Suppe – und zwar eine ganz klassische: Griefnocksuppe. Die Nocken lassen sich schließlich ebenfalls gut vorbereiten und müssen am Abend nur noch in der Brühe gewärmt werden. Renate Höfler nimmt für die Nocken einen Viertel-