



Neues Ofen-Garthermometer



Das neue Ofen-Garthermometer von Betty Bossi ist vielseitig wie kein anderes. Es misst Ofen- und Kerntemperatur von Fleischstücken und hat einen mobilen Empfänger. Während Sie mit den Gästen den Apéro geniessen, haben Sie Ihren Braten stets unter Kontrolle.

Chateaubriand mit Curry-Orangenbutter

Vor- und zubereiten: ca. 1 Std.
Marinieren: ca. 12 Std.
Niedergaren: ca. 1½ Std.

Marinade

3 Esslöffel Olivenöl

2 Esslöffel Rosmarin,
fein geschnitten

1 unbehandelte Orange,
abgeriebene Schale und
3 Esslöffel Saft

800 g Rindsfilet (Filetkopf), vom
Metzger binden lassen

1 Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

1 Esslöffel Bratbutter

1. Öl, Rosmarin, Orangenschale und -saft verrühren, Fleisch damit bestreichen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 12 Std. marinieren.
2. Fleisch ca. 1 Std. vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen. Ofen auf 80 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Marinade vom Fleisch abstreifen, würzen. Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen.

Filet bei mittlerer Hitze rundum ca. 5 Min. anbraten, herausnehmen, auf die vorgewärmte Platte legen. Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstecken.

Niedergaren: ca. 1½ Std. in der Mitte des auf 80 Grad vorgeheizten Ofens. Die Kerntemperatur soll ca. 55 Grad (à point) betragen. Das Fleisch kann anschliessend bei 60 Grad bis zu 1 Std. warm gehalten werden.

Curry-Orangenbutter

1 unbehandelte Orange,
abgeriebene Schale und
Saft

150 g gesalzene Butter, weich

2 Teelöffel Madras-Curry

1. Orangenschale und -saft ca. 5 Min. auf ca. 1 Esslöffel Saft einköcheln, auskühlen.
2. Butter, Curry und eingekochten Orangensaft mit den Schwingbesen des Handrührgeräts ca. 2 Min. rühren, zugedeckt kühl stellen.

Bratkartoffeln

800 g Gschwellti (fest kochende
Sorte), vom Vortag

Bratbutter zum Braten

200 g Rosenkohl, Blätter
abgelöst

1 Teelöffel Salz

¼ Teelöffel Muskat

wenig Pfeffer

1. Gschwellti schälen, in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.
2. Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Kartoffeln bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Wenden ca. 10 Min. braten. Rosenkohlblätter begeben, ca. 3 Min. fertig braten, würzen.

Lässt sich vorbereiten: Curry-Orangenbutter ca. 2 Tage im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Pro Person: 50 g Fett, 50 g Eiweiss,
35 g Kohlenhydrate, 3270 kJ (781 kcal)