



Rotkohlsteak mit Pfifferling-Semmelknödel

von Mario Kotaska

Zutaten (für vier Portionen):

Pfifferling-Semmelknödel

6 trockene Brötchen
1 EL Butter
1 Schalotte
300 ml Milch
300 g frische Pfifferlinge
2 Eier
Petersilie
1 EL Semmelbrösel bei Bedarf

Rotkohlsteak

1 Rotkohlkopf
2 EL Butter
1 EL heller Balsamico
Salz, Pfeffer
1 Thymianzweig
Frischer Majoran
1 Orange, unbehandelt

Sowie

2 Schalotten
Neutrales Öl zum Braten
2 EL Butter zum Braten
Thymian
2 Knoblauchzehen
1 EL Zucker
50 ml Gemüsebrühe
2 EL dunkler Balsamico
2 EL Butter
2 EL Panko
20 g Pfifferlinge, in Scheiben geröstet

Zubereitung (50 Minuten, ohne Gar- und Wartezeiten):

Für die Semmelknödel die altbackenen Brötchen in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. In einem Esslöffel Butter eine fein gewürfelte Zwiebel anschwitzen, mit Milch ablöschen, kurz aufkochen lassen und die Brötchenwürfel damit übergießen. Zehn Minuten quellen lassen.

Pfifferlinge putzen und in kleine Würfel schneiden, anschließend scharf und auf hoher Hitze anbraten, salzen, pfeffern und zu der Knödelmasse geben. Eier und fein gehackte Petersilie zur Brotmasse geben und alles locker vermengen, bis ein formbarer Teig entsteht – nicht zu

stark drücken, damit die Knödel fluffig bleiben. Falls der Teig zu weich ist, Semmelbrösel unterheben. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen Knödel formen und in siedendem Salzwasser circa 20 Minuten ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche schwimmen.

In der Zwischenzeit den Rotkohl in etwa zwei bis drei Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. In neutralem Öl anbraten, etwas Butter und einen Zweig Thymian, Majoran, Orangenabrieb sowie -saft hinzugeben und mit Balsamico ablöschen. Auf mittlerer Temperatur schmoren lassen, dabei die Rotkohlscheiben gelegentlich mit dem aromatisierten Bratfett übergießen.

Schalotten schälen und in Butter bei mittlerer Hitze mit Thymianzweig und Knoblauch kurz anrösten, bis sie goldbraun sind. Zucker dazugeben, kurz karamellisieren lassen, dann mit Gemüsebrühe und Balsamico ablöschen. Pfanne abdecken und die Schalotten bei kleiner Hitze circa zehn Minuten schmoren, bis sie weich sind.

Als Topping für die Knödel, Butter in Pfanne auf mittlerer Hitze leicht bräunen lassen. Panko hinzugeben und auf niedriger Hitze kurz anrösten.

Die Pfifferling-Semmelknödel auf Tellern verteilen, geröstetes Panko obenauf geben. Das Rotkohlsteak danebenlegen und mit Schalottenmasse übergießen, mit gerösteten Pfifferlingsscheiben und den gebratenen Thymianzweigen toppen und servieren.

Nährwerte pro Portion:

731 kcal – 33 g Fett – 24 g Eiweiß – 87 g Kohlenhydrate

Dieses Gericht ist vegetarisch.