



kochen.tv

Gebratener Bärenkrebs auf Urrüben tourniert an Zitronenbutter



Zutaten:

4 Bärenkrebse, gross
-oder-
8 Bärenkrebse, klein
Bratbutter
Salz, Pfeffer
Rosmarin gehackt
1 kg Urrüben (oder gelbe/orange)
1-2 dl Gemüsebrühe
50 g Butter, frisch
4 EL Zucker
Salz, Pfeffer
100 g Butter
2 Zitronen
Prise Zitronenthymian oder normalen Thymian
Vanillezucker
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Karotten tournieren. Butter in Pfanne geben, Zucker und Gemüsebrühe zugeben, Karotten beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und weich kochen. Nach Bedarf Wasser zugeben. Saft muss am Schluss „dicklich“ sein, dass die Karotten im Sirup glänzen.

Die Bärenkrebse längs mit einem starken Messer halbieren. Bratbutter in eine Teflonpfanne geben, gehackten Rosmarin hineinlegen und die Bärenkrebse anbraten. Abschliessend mit Salz und Pfeffer würzen.

Zitronen schälen und filetieren. Butter leicht erwärmen und mit gezupftem Thymian, Vanillezucker, Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt die Zitronenfilets hineingeben, kurz abschwenken und fertig.

Anrichten:

Die Karotten in der Mitte des Tellers geben und darauf die Bärenkrebse anrichten. Zitronenbutter darüber träufeln und geniessen...

Rezept von Meta Hildebrand

