



# genuss

REZEPT AUS DEM MAGAZIN 01/15

---

**ROASTBEEF VOM HOHRÜCKEN**

---

MIT ROSMARIN-MARK-KRUSTE  
AUF OFEN-WURZELGEMÜSE

---

Paul Ullrich AG

Wird am 26.1.2015 am  
Wine & Beef mit  
Hatecke und Schwarz  
im Hotel Restaurant Helvetia  
in Zürich serviert.

# ROASTBEEF VOM HOHRÜCKEN

MIT ROSMARIN-MARK-KRUSTE AUF OFEN-WURZELGEMÜSE

## Zutaten für 4 bis 5 Personen:

### Fleisch

1 kg	Hohrücken
	Fleur de Sel und grob geschroteter Pfeffer
	Öl oder Bratbutter

### Mark-Kräuter-Senfkruste

250 g	ausgelöstes Knochenmark
2	Bund Rosmarin
2	Bund Zitronenthymian
3	Knoblauchzehen
2 EL	grober Senf (Moutarde de Meaux)
1 Zitrone	abgeriebene Schale
3 EL	Paniermehl
3-4 EL	hochwertiges Olivenöl
Wenig	Fleur de Sel und geschroteter Pfeffer

### Ofen-Wurzelgemüse

Je 4 Stk.	Rüebli, gelbe Pfälzer Rüben, rote Karotten und Petersilienwurzeln oder Pastinaken (alle geschält und der Länge nach geviertelt)
3	Zweiglein Rosmarin und
3	Zweiglein Zitronenthymian
	hochwertiges Olivenöl
	Fleur de Sel und grob geschroteter weisser Pfeffer
wenig	brauner Zucker

## Zubereitung

Das ausgelöste Kalbsknochenmark unter fließendem kaltem Wasser ausbluten lassen. Die Kräuter für die Kruste, den Knoblauch und das jetzt weisse Mark grob hacken. Alle Zutaten gut vermischen und mit Fleur de Sel und Pfeffer abschmecken.

Den Ofen auf 180° C vorheizen. Den Hohrücken mit Fleur de Sel und Pfeffer grosszügig würzen und in einer soliden Bratpfanne auf allen Seiten

anbraten. Das Fleisch anschliessend direkt auf den Rost legen und im Ofen circa 20 Minuten garen. Dann die Temperatur auf 140° C reduzieren und weitere 10 Minuten weitergaren. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und in Alufolie einpacken, während 10 Minuten ruhen lassen. Die gut vermengte Masse für die Kruste circa 1 cm dick auf das Fleisch auftragen. Den Ofen noch einmal – nur bei Oberhitze – auf 200° C heizen und den Hohrücken mit der Kruste etwa 5-8 Minuten ziehen lassen. Die Kruste sollte leicht bräunlich werden und das Mark weich, fast geschmolzen sein.

Alle Gemüse auf ein Ofenblech verteilen, mit den Kräuterzweigen belegen, mit Olivenöl beträufeln und mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen. Das Blech mit dem Gemüse unter das Fleisch in den Ofen schieben und mitbraten. Da Wurzelgemüse genug Stärke enthält, karamellisiert es mit der Zeit (gewünschter Effekt). Herausnehmen, sobald die Kanten leicht knusprig werden. Vor dem Servieren noch einmal kurz in der Pfanne oder im Ofen erhitzen.

Das Fleisch nach Belieben aufschneiden und mit dem Wurzelgemüse servieren. Dazu nach Geschmack und Möglichkeit etwas Kalbsjus und/oder Sauce Béarnaise reichen. Als weitere Beilage eignet sich Kartoffelstock oder Kartoffel-Selleriepüree.

Guten Appetit!

Françoise Wicki  
Hotel Restaurant Helvetia  
Stauffacherquai 1, 8004 Zürich

**Paul Ullrich AG**  
Weine und Spirituosen