



Fleischerfachgeschäft

**Burghardt**

*Ihr Lammspezialist in Kassel*



Elfbuchenstraße 5  
34119 Kassel  
Telefon: 05 61 / 1 23 58  
Fax: 05 61 / 1 23 18  
Mobil: 0172 / 5 60 44 84

www.fleischerei-burghardt.de  
E-Mail: info@fleischerei-burghardt.de

## Rehfilets mit Cranberry-Rosenkohl

### Zutaten: (für 4 Personen)

1000 g	Rehfilets oder ausgelösten Rehrücken
800 g	Rosenkohl
100 g	Cranberries (können getrocknete sein)
50 g	Pinienkerne
50 g	Speck- oder Schinkenwürfel
100 ml	Apfelsaft
2 Stängel	frischen Rosmarin

Butter oder Öl, Pfeffer, Salz



### Zubereitung:

Pinienkerne in einer tiefen Pfanne ohne Fett anrösten, beiseite stellen.

Fett in die Pfanne geben und die Schinkenwürfel darin anbraten. Die Hitze reduzieren, den Rosenkohl halbieren und zu den Schinkenwürfeln geben. Nach einer Weile, wenn der Rosenkohl leicht gebräunt ist, die Cranberries dazugeben und alles weiter anbraten.

Die Filets leicht pfeffern, Fett in einer anderen Pfanne erhitzen und die Filets darin rings herum anbraten. Dann erst salzen und nach Geschmack mit Rosmarin würzen. Je nach Vorliebe medium oder durch braten.

Den Rosenkohl mit Apfelsaft ablöschen, mit Salz und Pfeffer nach Bedarf würzen und bei geinger Hitze köcheln lassen. Am Schluss die gerösteten Pinienkerne untermischen.

Dazu passen Rosmarinkartoffeln sehr gut. Guten Appetit!

(bei diesem Gericht entsteht keine Soße, bitte bei Bedarf separat herstellen)

**Guten Appetit!**