SUPERIOR HOTEL

REZEPT

Marokkanisch inspirierte Hirschmedaillons mit Linseneintopf



Marokkanisch inspirierte Hirschmedaillons / Foto: Silver Fern Farms

Zutaten für zwei bis drei Portionen: eine Packung Silver Fern Farms Hirschmedaillons (400 Gramm), eine Dose Tellerlinsen (abgetropft und gewaschen), eine Tasse gehackte Tomaten, eine halbe, rote Zwiebel, gewürfelt, eine rote Paprika, entkernt und gewürfelt, eine frische rote Chilischote, entkernt und fein gewürfelt, zwei Tassen Rindfleischbrühe, eine Viertel Tasse frischer Koriander, gehackt, zwei Zweige Thymian, ein Teelöffel Sumach, ein Teelöffel geräuchertes Paprikapulver, ein Teelöffel Oregano, ein Teelöffel Kreuzkümmel, Meersalz und Pfeffer, Olivenöl

Zubereitung:

Die aufgetauten Hirschmedaillons aus der Verpackung nehmen und 10 Minuten abgedeckt auf Raumtemperatur kommen lassen.

Eine große Antihaftpfanne auf mittlere bis starke Hitze erwärmen. Die Paprika und die rote Zwiebel dazugeben und garen, bis sie weich sind und leicht süßlich riechen.

Alle anderen Zutaten außer den Medaillons und dem gehackten Koriander hinzufügen. Zum Kochen bringen, dann 15 Minuten lang köcheln lassen. Alle 5 Minuten umrühren, um ein Anhaften am Boden der Pfanne zu vermeiden.

In der Zwischenzeit eine weitere Pfanne vorheizen. Die Medaillons mit dem Olivenöl bestreichen, salzen und pfeffern. Sobald die Pfanne heiß ist, die Medaillons in die Pfanne legen und 2-3 Minuten pro Seite braten. Aus der Pfanne nehmen und abgedeckt rund 5 Minuten ruhen lassen.

Die Medaillons quer zur Faser schneiden. Die Linsen in Schälchen geben, mit den

geschnittenen Medaillonstreifen belegen und den gehackten Koriander darüberstreuen.