



# Fleischzöpfli mit Béarnaise-Sauce

Zwei Sorten Fleisch, dekorativ serviert, dazu eine delizöse, selbst gemachte Sauce Béarnaise – ein festliches Menü!

FOTOS: HANSRUEDI DISCH/DORIS NUFER



## Zutaten

Für 4 Personen:  
pro Person ca. 1780 kJ/425 kcal

4 dünne Kalbsplätzli\* à la minute  
(z.B. Nuss, je ca. 80 g)  
2 dünne Rindsplätzli à la minute  
(z.B. Nuss, je ca. 80 g)

2 EL Erdnussöl\*  
1 TL milden Senf  
1 TL Rosmarinnadeln\*  
wenig Pfeffer aus der Mühle  
Öl zum Braten  
½ TL Salz\*

1 dl Weisswein  
1 EL Estragonessig oder Kräuternessig  
1 Schalotte\*, fein gehackt  
1 Zweiglein Estragon\*  
¼ TL Salz\*  
4 weisse Pfefferkörner, zerdrückt  
2 frische Eigelbe  
100 g Butter, kalt, in Stücken  
2 TL Estragonblättchen\*,  
fein gehackt  
Salz\* und Pfeffer, nach Bedarf

## Vor- und Zubereitungszeit

ca. 40 Minuten  
*Marinieren:* ca. 30 Min.

## Zubereitung

**Fleischzöpfli:** Kalbsplätzli längs einschneiden, sodass sie an je einem Ende noch zusammenhalten. Rindsplätzli längs halbieren. Eine Rindsplätzlihälfte auf ein Kalbsplätzli legen, sodass drei Stränge entstehen, zu Zöpfli flechten. Mit Zahnstocher fixieren. Mit den restlichen Plätzli gleich verfahren.

Für die Marinade Öl und alle Zutaten bis und mit Pfeffer verrühren, die Zöpfli damit bestreichen und zugedeckt im Kühlschrank ca. 30 Min. marinieren. Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren, Zöpfli beidseitig je ca. 1 Min. anbraten, zugedeckt ca. 4 Min. fertig braten, salzen.

**Béarnaise-Sauce:** Wein und alle Zutaten bis und mit Pfefferkörner in einer Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren, Flüssigkeit auf

ca. 2 Esslöffel einköcheln. Reduktion in eine dünnwandige Schüssel absieben, auskühlen. Eigelbe begeben, mit dem Schwingbesen oder den Schwingbesen des Handrührgerätes über dem heissen Wasserbad (knapp unter dem Siedepunkt) ca. 3 Min. rühren, bis die Masse schaumig ist und sich Rührspuren abzeichnen. Butter portionenweise unter Rühren begeben. Rühren, bis die Sauce cremig ist. Schüssel herausnehmen, kurz weiterrühren. Estragon kurz vor dem Servieren begeben, würzen, sofort servieren.

[www.coopzeitung.ch/rezept](http://www.coopzeitung.ch/rezept)



\*Diese Zutaten sind nicht als Naturaplan-Produkte erhältlich.



Jeden Tag  
um 12.30 Uhr  
auf SF1,  
Wiederholung  
um 16.00 Uhr  
auf SF1

## Ein reinsortiger Dôle

Der **Dôle de Salquenen** AOC Les Dailles ist fruchtig und ausgewogen. Er besteht, anders als die meisten Dôles, aus 100 Prozent Pinot Noir-Trauben. Sein reicher Duft erinnert an rote Beeren. Im Gaumen elegant und vollmundig. Bei 14 bis 16 Grad trinken. **Preis: 13.90/75 cl.**

Erhältlich in grösseren Coop-Verkaufsstellen und online unter:

[www.coop.ch/wineshop](http://www.coop.ch/wineshop)



*Ein gewiss nicht alltäglicher Zopf: Er besteht aus Kalbs- und Rindsplätzli.*