



## SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek  
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29  
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

### **Schröder's Rinderrücken am Stück**

*Rezept für 4 Personen - Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten / Garzeit: ca. 45 Minuten*

#### Sie brauchen:

1 Stück Schröder's Entrecôte im Stück (ca. 1,2 kg bis 1,5 kg)

1 TL fester Honig

1 EL glatter Senf (scharf)

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

2 bis 3 EL Bio-Bratöl

Fleur de Sel

#### Und so geht's:

1. Fleisch kalt abspülen und trocken tupfen. Falls nötig überflüssiges Fett und Sehnen entfernen.
2. Honig und Senf vermischen.
3. Fleisch kräftig pfeffern. In einer passenden schweren Pfanne bei mittlerer Hitze in Öl von allen Seiten langsam anbraten (etwa 7 bis 10 Minuten).
4. Fleisch aus der Pfanne nehmen und kurz abkühlen lassen.



## SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek  
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29  
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

5. Mit Senf-Honig-Gemisch bestreichen und bei 150 Grad Umluft für etwa 20 bis 30 Minuten garen. Mit einem Fleischthermometer die Kerntemperatur überprüfen. Wir empfehlen etwa 59 Grad. Wer das Fleisch medium rare essen möchte, nimmt 56 Grad.
6. Fleisch aus dem Ofen nehmen und abgedeckt etwa 10 Minuten ruhen lassen.
7. Vier etwa 1,5 cm dicke Scheiben abschneiden, leicht salzen und zusammen mit der Feigen-Senf-Butter und dem Grünkohl servieren.

Guten Appetit!

Ihr Schröder-Team

### Tipp:

*Die Reste des Rinderrückens schmecken auch kalt sehr gut.*



## SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek  
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29  
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

### Feigen-Senf-Butter

*Rezept für 4 Personen - Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten / Kühlzeit: über Nacht*

#### Sie brauchen:

150 Gramm Bio-Sauerrahmbutter

1 kleine Knoblauchzehe

feines Meersalz

Abrieb einer ½ Bio-Zitrone

Abrieb einer ½ Bio-Orange

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

2 getrocknete weiche Feigen ohne Schale

1 EL grober Senf

3 Zweige Thymian

½ Bund Petersilie

#### Und so geht's:

1. Feigen in sehr kleine Würfel schneiden. Petersilie waschen und hacken. Thymian zupfen.



## SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek  
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29  
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

2. Knoblauch grob hacken, Salz darüber streuen und das Ganze mit einem breiten Messer zerdrücken, so dass eine Art Paste entsteht.
3. Zimmerwarme Butter in Stücke schneiden. Zusammen mit Salz, Pfeffer, Knoblauchpaste sowie Zitronen- und Orangenabrieb mit dem Handrührgerät so lange aufschlagen, bis die Butter fast weiß ist. Das kann bis zu 10 Minuten dauern. Langsam anfangen und dann auf höchster Stufe laufen lassen. Dadurch erhöht sich das Volumen der Butter und später auf dem Fleisch entsteht ein schöner Schmelz.
4. Feigen, Senf, Thymian und gehackte Petersilie zur Butter geben und bei niedriger Umdrehung untermischen.
5. Zum Schluss mit einem Spritzer Zitronensaft und gegebenenfalls Salz abschmecken.
6. Jeweils 3 bis 4 EL der Butter auf ein passendes Stück Butterbrotpapier geben.
7. Papier überschlagen und mit einem Messer oder Lineal unter die Butter schieben – so wird die Butter in eine runde Form gepresst (siehe Foto).
8. Feigen-Senf-Butter über Nacht im Kühlschrank fest werden lassen.
9. Vor dem Servieren das Papier abziehen und die Feigen-Senf-Butter in fingerdicke Scheiben schneiden.



## SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek  
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29  
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

### **Gebratener Grünkohl mit Haselnüssen**

*Rezept für 4 Personen - Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten / Garzeit: ca. 20 Minuten*

#### Sie brauchen:

500 Gramm frischer Grünkohl (ohne Strunk)

60 Gramm geschälte Haselnüsse

1 Knoblauchzehe (gepresst)

2 bis 3 EL Olivenöl

1 EL Butter

feines Meersalz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

#### Und so geht's:

1. Grünkohl sorgfältig putzen. Darauf achten, dass alle Strünke entfernt sind. Kohl waschen und gut abtropfen lassen.
2. Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Kohl zugeben, salzen und bei milder bis mittlerer Hitze unter ständigem Rühren etwa 8 Minuten braten. Knoblauch zugeben und kurz mit anbraten. Etwa 80 bis 100 ml Wasser zugeben, einen Deckel auflegen und den Kohl etwa 5 bis 10 Minuten weitergaren – je nach gewünschter Bissfestigkeit des Kohls.
5. Währenddessen die Haselnüsse in einer Pfanne mit Butter bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten und leicht salzen.
6. Kurz vor Schluss den Grünkohl kräftig pfeffern.
7. Vor dem Servieren die Haselnüsse unter den Kohl mischen.

Ware nach Richtlinien des organisch-biologischen Landbaus hergestellt und entspricht grundsätzlich Bioland-Richtlinien.  
Artikel mit \* nach Biokreis-Richtlinien hergestellt. Artikel mit \*\* nach EU-ÖKO-VO hergestellt.  
KrSpk Lauenburg Ratzeburg · BIC NOLADE21RZB · IBAN DE14 2305 2750 0086 0330 32  
Code-Nr. ABCERT AG DE-ÖKO-006 · Betriebskontrollnummer D-SH-006-11213-B  
Inhaber: Katharina Schröder GmbH · Steuer-Nr. 22 294 32093 · AG Ratzeburg HRB 1466 · UST-Id DE209992248  
Geschäftsführer: Katharina Schröder · André Schröder