





Schlemmen ohne Reue!

# Rehragout mit Rotweibirne und Gemüse Tagliatelle

## REHRAGOUT

### SCHRITT 1:

Schnitzel würfelig schneiden, salzen, pfeffern und in Rapsöl kurz anbraten, dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

### SCHRITT 2:

Bratenrückstand mit Wein und Wasser aufgießen. Fleisch, Lauch, in Scheiben geschnittene Champignons oder die in Wasser eingeweichten

Steinpilze sowie Wacholderbeeren beifügen und ca. 20 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen.

### SCHRITT 3:

Zuletzt noch mit Sauerrahm verfeinern, aber nicht mehr kochen lassen.

### SCHRITT 4:

Die Birnen schälen, Kerngehäuse ausstechen und mit Rotwein, Agavensirup, Zimtrinde, Gewürznelken und Wasser aufkochen lassen.

## GEMÜSETAGLIATELLE

### SCHRITT 5:

Mit einem Spargelschäler von der gewaschenen Zucchini der Länge nach Streifen abziehen. Ebenso beim Lauch Streifen abziehen.

### SCHRITT 6:

Die Streifen über Dampf bissfest garen. Auf Teller legen, mit Gemüsebrühe, Salz und Pfeffer würzen und mit dem Rehragout und der Birne servieren.

*Alte und neue Wiener Rezepte – einfach nachzukochen nach der Montignac Methode: gesund und ein wohltuend gutes Essen!*

## Einkaufsliste

### Für das Rehragout

2 Rehschnitzel (à 150 g), Rapsöl, etwas Rotwein, 50 g fein geschnittener Lauch, 150 g Champignons (oder 70 g getrocknete Steinpilze), 1 EL Sauerrahm, Wasser, einige Wacholderbeeren, Salz, Pfeffer, 2 Birnen, 1/8 l Rotwein, 1 Zimtrinde, Agavensirup nach Belieben, 2 Gewürznelken

### Für die Gemüse-Tagliatelle

1 kleine Zucchini, 1 Stange Lauch, 2 EL Gemüsebrühe



Gabriele Brigitte Scheucher, Michel Montignac  
**Montignac auf Wienerisch**

240 Seiten, 19 x 24 cm, gebunden m. zahlr. Fotos  
edition besser leben € 24,90  
ISBN 978-3-99009-000-8