



Unsere Familienrezepte

Klassisches Kalbsragout

Für 4 Personen:

- ca. 1 kg Kalbfleisch (aus Keule oder Schulter)
- 1 Zwiebel
- 2 Gewürznelken
- 250 g Schalotte
- 1 Stange Staudensellerie
- 1 Stange Lauch (nur der weiße Teil)
- 2 Karotten
- 350 g Champignons
- 1,5 l Hühnerbrühe
- 1 Bouquet garni (1 Lorbeerblatt und je 1 Stengel Thymian, Rosmarin und Petersilie zusammenbinden)
- 2,5 EL Butter
- 1,5 EL Mehl
- 250 ml Sahne
- 1 Eigelb
- 2 EL Zitronensaft
- etwas Salz, frisch gemahlener weißer Pfeffer

Zubereitung:

Das Fleisch in etwa 2 cm große Würfel schneiden. Lauch, Karotten und Selleriestangen putzen und in grobe Stücke schneiden.



Wir beraten Sie gerne persönlich in unseren Fachgeschäften.

www.der-metzger-schneider.de

Die Zwiebel schälen und mit den Nelken spicken. Die Schalotten schälen, Champignons putzen und vierteln.

Die Fleischwürfel in einen Topf geben, mit kaltem Wasser bedecken, zum Kochen bringen und das Fleisch eine Minute blanchieren. Fleisch aus dem Topf nehmen, abrausen (es bildet sich viel Schaum) und das Wasser weggießen. Den Topf ausspülen, das Fleisch, die gespickte Zwiebel, Karotten-, Lauch- und Selleriestücke sowie das Bouquet garni in den Topf geben und mit der kalten Hühnerbrühe aufgießen. Zum Kochen bringen und bei halb aufgelegtem Deckel bei kleiner Hitze ca. 1,5 h sanft simmern lassen. Nach ca. 1 Stunde die Schalotten hinzufügen. Sich eventuell bildenden Schaum immer wieder abschöpfen.

In der Zwischenzeit in 1 EL Butter die Champignons andünsten, salzen, mit 1 EL Zitronensaft beträufeln und 125 ml Sahne angießen. Zur Seite stellen.

Nach 1,5 Stunden Fleischstücke und Schalotten aus der Brühe nehmen und warm stellen (im Ofen bei ca. 50°C). Die Brühe durch ein Sieb gießen (Gemüse gut ausdrücken), in einen Topf geben und etwas einkochen lassen. In einem zweiten Topf die restliche Butter zerlassen, das Mehl einstreuen und hell anschwitzen. Unter Rühren mit dem Schneebesen so viel von der reduzierten Brühe hinzufügen, bis eine sämige Sauce entstanden ist. Ein Eigelb mit der restlichen Sahne verquirlen und vorsichtig die Sauce damit legieren (die Sauce darf nicht mehr kochen – am besten vorher den Topf vom Herd nehmen). Fleischstücke, Schalotten und Champignons kurz in der Sauce erwärmen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Als Beilage passen Reis, Salzkartoffeln oder Bandnudeln.

Guten Appetit!

Wir beraten Sie gerne persönlich in unseren Fachgeschäften.

www.der-metzger-schneider.de