

Glasierter Kalbshalsbraten mit Quitte und Senf, Gersten- Risotto mit Wurzelgemüse, Wirzsalat



Rezept für 4 Personen

Zubereitung

Zutaten Kalbshalsbraten

800 g Kalbshals, gebunden
2 EL Rapsöl
½ Quitte
200 g Röstgemüse (Karotte, Sellerie, Zwiebel),
grob gewürfelt
1 dl Weisswein
2 dl Süssmost
5 dl Kalbsfond, braun
½ Zimtstange
1 Sternanis
1 Lorbeer
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 EL grober Senf
20 g Butter

Zubereitung Kalbshalsbraten

Quitte schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem Bräter erhitzen und Kalbshals rundum anbraten. Röstgemüse und Quittenwürfel zugeben und mitrösten. Mit Weisswein und Süssmost ablöschen. Kalbsfond und Gewürze zugeben und das Ganze aufkochen. Fleisch in den Ofen geben und bei 180 Grad zugedeckt ca. 60 Minuten schmoren. Hitze auf 160 Grad reduzieren, Deckel entfernen und während ca. 30 Minuten unter gelegentlichem Arroserien* fertig glasieren. Fleisch herausnehmen und Röstgemüse absieben. Sauce mit den Quitten fein pürieren. Senf zugeben, gut verrühren und abschmecken. Kalbshals in Tranchen schneiden und mit der Sauce anrichten.

* Arroserien bedeutet, das Gargut mit heisser Flüssigkeit zu übergießen. Dies kann mit z. B. Bratensaft, flüssiger Butter, Marinade oder Saucen gemacht werden.

Zutaten Gersten-Risotto mit Wurzelgemüse

1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
100 g Rüebli
100 g Pastinaken
1 Bundzwiebel
20 g Butter
1 EL Rapsöl
200 g Rollgerste
1 dl Weisswein
8 dl Gemüsebouillon
50 g Alpkäse, gerieben
20 g Butter, kalt
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zutaten Wirzsalat

250 g Wirz, gewaschen, gerüstet
1 TL Senf
2 EL Balsamico bianco
2 EL Gemüsebouillon
4 EL Nussöl
Salz, Pfeffer, Zucker
50 g grob gehackte Haselnüsse

Zubereitung Gersten-Risotto mit Wurzelgemüse

Zwiebel, Knoblauch, Rüebli und Pastinaken schälen und fein würfeln. Bundzwiebeln mitsamt Grün in Streifen schneiden. Butter und Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Gemüsewürfel begeben und kurz mitdünsten. Gerste begeben, andünsten, mit Weisswein ablöschen und einköcheln lassen. Einen Teil der Bouillon dazugeben und zugedeckt bei kleiner Hitze unter gelegentlichem Rühren 15 Minuten köcheln. Bouillon nach Bedarf nach und nach hinzugeben. Grün der Bundzwiebeln begeben und weitere 2 – 3 Minuten köcheln lassen, allenfalls noch etwas Bouillon hinzufügen. Alpkäse zusammen mit einem Stück Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitung Wirzsalat

Wirz mit einem Gemüsehobel fein in eine Schüssel hobeln. Restliche Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem Dressing verrühren. Wirz mit dem Dressing vermischen und 30 Minuten ziehen lassen. Haselnüsse in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett rösten und auskühlen lassen. Wirzsalat mit gehackten Nüssen servieren.