Gitzi-Ragout an Safransauce mit Kartoffelstock und Bundkarotten

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 40 min
Aktivzeit: 45 min
Einfach



Zutaten

für 4 Personen

1 kg	Ragout vom Schweizer Gitzi
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1 Bund	Suppengemüse (Rüebli, Lauch, Sellerie)
8 dl	Hühnerbouillon
1 dl	Weisswein
1 Briefchen	gemahlener Safran
1 kg	Kartoffeln, mehligkochend
	Salz
3 dl	Milch
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	frisch geriebene Muskatnuss
1 Bund	Bundkarotten, siehe Tipp
1 EL	Rapsöl
1 dl	Gemüsebouillon
1 EL	weiche Butter
1 EL	Mehl
1.5 dl	Rahm

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

888	kcal
59 g	Eiweiss
56 g	Kohlenhydrate
43 g	Fett

enthält Gluten
enthält Laktose

Wer keine Bundkarotten findet, kann auch ganz normale Karotten/Rüebli verwenden. 1 Bund Karotten entspricht in der Regel 500 g Rüebli. Das Karottengrün kann man durch ½ Bund Dill ersetzen.

Zubereitung

1. Das Fleisch 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

2. Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel halbieren. Suppengemüse rüsten und in Würfel schneiden.

3 Das vorbereitete Gemüse mit Hühnerbouillon, Weisswein und Safran in eine Pfanne geben und aufkochen. Gitzi-Ragout beifügen und am Siedepunkt etwa 1½ Stunden garen, bis es so weich ist, dass es sich mit einer Gabel zerteilen lässt.

4 Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Milch aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Kartoffeln abgiessen, durch das Passevite in die heisse Milch drücken und alles kräftig verrühren. Den Kartoffelstock zugedeckt warm halten.

5 Wenn vorhanden, das Grün der Karotten entfernen und 2?3 Zweige beiseitestellen. Bundkarotten gründlich waschen – Schälen ist in der Regel nicht nötig. Karotten je nach Dicke der Länge nach halbieren. In einer weiten Pfanne im warmen Rapsöl die Karotten andünsten. Gemüsebouillon dazugiessen und die Karotten knapp weich garen. Das beiseitegestellte Grün hacken und zuletzt beifügen. Die Karotten mit Salz und Pfeffer würzen.

6 Wenn das Ragout fertig ist, mitsamt Gemüse in ein Sieb abgiessen, dabei den Sud auffangen. Zwiebel aus dem Gemüse nehmen und zusammen mit dem Sud auf 5 dl einkochen lassen. Das restliche Gemüse wird für das Gericht nicht mehr benötigt, kann aber für eine Suppe weiterverwendet werden.

7 Mehl und Butter mit einer Gabel verkneten, in den eingekochten Sud geben und 5 Minuten kochen lassen. Dann den Rahm beifügen, die Sauce pürieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Ragout wieder beifügen und in der Sauce gut heiss werden lassen. Mit Kartoffelstock und Karotten auf vorgewärmten Tellern anrichten und servieren.