Krustenbraten von der Kalbsbrust

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 4 h 40 min
Aktivzeit: 40 min
Einfach



Zutaten

für 6 Personen

1 kg	Brust vom Schweizer Kalb
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2	Rüebli
150 g	Sellerie
2	Zwiebeln
4 dl	Kalbsfond
2	Lorbeerblätter
800 g	Weisskabis
	Salz
1 EL	HO-Sonnenblumenöl
1 TL	Kümmel, ganz
6 EL	Weissweinessig
1 TL	Zucker
6 EL	Rapsöl

Nährwerte

1 Portion (ohne Kartoffelgratin) enthält ca.:

493	kcal
32 g	Eiweiss
7 g	Kohlenhydrate
36 g	Fett

enthält Gluten
enthält Laktose

Tipp

Dieses Stück solltest du in deiner Metzgerei vorbestellen.

Zubereitung

1. Kalbsbrust von allen Seiten mit Pfeffer bestreuen und in eine flache Ofenform geben. Rüebli, Sellerie und Zwiebeln schälen, grob würfeln und um das Fleisch verteilen. Drei Viertel des Kalbsfonds und Lorbeerblätter dazugeben und im vorgeheizten Backofen bei 120 °C Ober- und Unterhitze ca. 4 Stunden garen. Gelegentlich mit Bratensaft übergiessen und gegebenenfalls mit etwas Wasser auffüllen.

2. Währenddessen den Kabisstrunk entfernen und alles in sehr feine Streifen schneiden. Leicht salzen und von Hand 10 Minuten kräftig kneten. Ca. 1 Stunde ziehen lassen.

3 Das Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Kümmel darin anrösten, mit Essig und dem restlichen Kalbsfond auffüllen. Das Ganze kurz erhitzen, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Das Rapsöl dazugeben und die Salatsauce über den Kabis geben. Gut vermengen und wiederum mindestens 1 Stunde ziehen lassen.

4 Am Ende der Garzeit Kalbsbrust aus der Form nehmen und im ausgeschalteten Ofen warm stellen. Bratenfond mit etwas Wasser aus der Form lösen und durch ein Sieb in eine kleine Pfanne geben. Zum Kochen bringen, mit Salz und Pfeffer würzen.

5 Kalbsbrust in Scheiben schneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Bratensauce und dem Kabissalat servieren.

Dazu passt Kartoffelgratin.