Kalbsrack vom Grill gefüllt mit Feigen, Rohschinken und Thymian

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 2 h 10 min
Aktivzeit: 25 min
Anspruchsvoll



Zutaten

für 12 Personen

2.5 kg	Rack vom Schweizer Kalb
200 g	getrocknete Feigen
100 g	Rohschinken
60 g	ganze Mandeln
1 TL	Fenchelsamen
0.5 Bund	Thymianzweige
	Pfeffer aus der Mühle
	Holzspiesschen
	Küchengarn

Nährwerte

1 Portion (ohne Pasta-Tomaten-Salat) enthält ca.:

429	kcal
47 g	Eiweiss
10 g	Kohlenhydrate
22 g	Fett

Glutenfrei
Laktosefrei

Zubereitung

1. Mit einem scharfen langen Messer von den Querseiten her einen ca. 3 cm breiten Tunnel ins Kalbsrack schneiden.

2. Feigen und Rohschinken fein schneiden, Mandeln fein hacken, Fenchelsamen grob zerstossen und Thymian von den Stielen zupfen. Alles gut vermengen, mit Pfeffer würzen und in das Kalbsrack füllen.

3. Die beiden Enden des Racks mit je zwei Holzspiesschen und etwas Küchengarn verschliessen.

4. Einen Grill mit Deckel vorbereiten. Wir grillieren mit indirekter Hitze: Kohle in eine Hälfte des Grills legen und anfeuern (ca. 140–150 °C), eine Aluschale in die andere Grillhälfte legen.

5 Ist die Glut parat, Kalbsrack mit der Fleischseite auf den Grillrost legen – und zwar über die Aluschale. Die dicke Seite ist der Glut zugewandt. Für ca. 45 Minuten geschlossen grillieren. Kalbsrack wenden, sodass die Knochen in Richtung Glut zeigen. Nochmals 45–60 Minuten geschlossen grillieren.

6 Kalbsrack vom Grill nehmen, in Alufolie wickeln und 15–20 Minuten ruhen lassen. Aus der Folie nehmen, portionieren und sofort servieren.

Dazu passt Pasta-Tomaten-Salat.