


Kalbsvoressen an einer Morchelrahmsauce



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 1 h 50 min

 Aktivzeit: 20 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 800 g** Voressen vom Schweizer Kalb
- 20 g** getrocknete Morcheln
- 3** Zwiebeln
- 300 g** Rüebli
- 2 EL** HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl
- 1 EL** Mehl
- 2 dl** trockener Weisswein
- 3 dl** Bouillon
- 1** Lorbeerblatt
- Salz**
- 2 dl** Rahm
- schwarzer Pfeffer** aus der Mühle
- 1** Bio-Zitrone (abgeriebene Schale)
- 0.25 Bund** Schnittlauch

Nährwerte

1 Portion (ohne Butternudeln) enthält ca.:

- 525** kcal
- 44 g** Eiweiss
- 14 g** Kohlenhydrate
- 28 g** Fett

 enthält Gluten

 enthält Laktose

Steinpilze gehen immer

Als Alternative zu den Morcheln sind auch getrocknete Steinpilze sehr fein.

Zubereitung

- 1** Morcheln in ein Gefäss geben und in warmem Wasser 10 Minuten einweichen. Zwiebeln schälen und würfeln. Rüebli schälen und in dicke Scheiben schneiden.
- 2** Öl in einem grossen Bräter auf hoher Stufe erhitzen. Kalbsvoressen darin rundherum anbraten, mit Mehl bestäuben, gut verrühren und kurz anrösten. Fleisch herausnehmen.
- 3** Zwiebeln im Bratsatz anbraten. Morcheln aus dem Wasser nehmen und je nach Grösse halbieren oder vierteln. Einweichwasser durch ein feines Sieb zu den Zwiebeln geben, mit Weisswein und Bouillon auffüllen, Fleisch und Rüebli zugeben und alles zum Kochen bringen. Lorbeer und wenig Salz zugeben. Geschlossen bei milder Hitze und gelegentlichem Umrühren ca. 1,5 Stunden köcheln lassen.



Der feine Unterschied.

4

Sobald das Fleisch zart ist, den Rahm zugeben, alles mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen. Kurz erhitzen, Schnittlauch schneiden und dazugeben. Auf vorgewärmten Tellern servieren.

Dazu passen Butternudeln.

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.