Kalbsrollbraten vom Grill mit Tomatenpolenta

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 2 h

Aktivzeit: 1 h

Anspruchsvoll

Zutaten

für 8 Personen

1.2 kg	Brust vom Schweizer Kalb (dünner Teil, vom Metzger zu einem Rechteck geschnitten)
450 g	Kalbsbrät
1 EL	Paprika, edelsüss
1 Bund	Peterli, fein gehackt

Würzmischung:

1 TL	Tomatenpüree
0.5 TL	Thymianblätter
0.5 TL	Rosmarin, fein gehackt
1 TL	Pflanzenöl
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
1 dl	Weisswein
1 TL	Senf

Schalotten-Butter-Sauce:

0.5 EL	Bratbutter
5	Schalotten, geschält und geviertelt
2 dl	Kalbsfond oder Fleischbouillon
2 dl	kräftiger Rotwein, z.B. Merlot
0.5 dl	Orangensaft
150 g	kalte Butter
0.5 Zweig	Zitronenthymian, frisch
1 Prise	Zucker

Tomatenpolenta:

1	Knoblauchzehe
2 Zweige	Thymian
	Olivenöl
80 g	Tomatenpüree
5 dl	Gemüsebouillon
300 g	Polenta, fein
5 dl	Milch
5 dl	Wasser
	Butter
	Sbrinz

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

845	kcal
42 g	Eiweiss
39 g	Kohlenhydrate
55 g	Fett

Glutenfrei

enthält Laktose

Rohes Kalbfleisch sollte rosa bis rötlich sein.

Das ist ein Zeichen für artgerechte Fütterung. In der Schweiz erhalten Kälber neben Milch ab der zweiten Woche auch Gras und Heu – deshalb die dunklere Farbe.

Zubereitung

Zubereitung Kalbsrollbraten

1. Grill vorbereiten mit direkter und indirekter Zone (160–180 °C).
2. Brät mit Paprika und Peterli vermischen. Kalbsbrust auf Arbeitsfläche ausbreiten und längs einschneiden (ca. 1 cm tief, im 45°-Winkel). Etwa alle 2 cm ein Schnitt.
3. Brätmischung auf das Fleisch auftragen, gut in den Einschnitten verteilen.
4. Fleisch zusammenklappen oder einrollen. Den Braten im Abstand von ca. 2 cm mit Küchengarn binden.
5. Für die Würzmischung alle Zutaten bis und mit Pfeffer in einer Schüssel vermischen und den Braten damit bestreichen.

6 Braten über direkter Hitze von allen Seiten anbraten, bis er goldbraun ist. Dann auf die indirekte Zone legen.

7 Thermometer an der dicksten Stelle mittig in den Braten stecken und den Deckel schliessen und regelmässig mit etwas Weisswein begiessen und übriger Würzmischung bepinseln.

8 Bei einer Kerntemperatur von 71 °C den Braten vom Grill nehmen Eingepackt ruhen lassen, bis er eine Kerntemperatur von 73 °C erreicht hat.

Zubereitung Schalotten-Butter-Sauce

1 Butter in einer ofenfesten Pfanne auf dem Rost bei direkter Hitze (180 °C) heiss werden lassen, Schalotten beigeben und kräftig anbraten.

2 Fond, Rotwein und Orangensaft dazugeben, Flüssigkeit auf die Hälfte einkochen. Reduktion absieben und in die Pfanne zurückgiessen. Schalotten beiseitestellen. Reduktion aufkochen, dann Hitze reduzieren.

3 Butter portionsweise unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen zur Reduktion geben. Dabei die Pfanne hin und wieder kurz auf den Grillrost stellen, um die Sauce nur leicht zu wärmen, sie darf nicht kochen. Dann rühren, bis die Sauce cremig ist.

4 Zitronenthymianblättchen und Zucker mit den Schalotten dazugeben und heiss werden lassen.

5 Nach Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen und sofort servieren. Mit etwas Zitronenthymian garnieren.

Zubereitung Tomatenpolenta

1 Knoblauch schälen und fein hacken.

2 Die Thymianblätter von den Zweigen abzupfen und sehr fein hacken.

3 Grill für direkte Hitze vorbereiten (ca.180 °C). Ofenfeste Pfanne auf den Grillrost stellen. Olivenöl, Knoblauch, Thymian und Tomatenpüree in der heissen Pfanne anrösten und mit der Bouillon ablöschen. Polenta in die köchelnde Flüssigkeit geben und bei geringer Hitze gemäss Packungsanleitung mit Milch und Wasser 10–20 Minuten unter ständigem Rühren köcheln lassen, bis sie eine sämige Konsistenz hat.

4 Mit etwas Butter und Sbrinz verfeinern.