Kalbsbrust mit Olivenfüllung und Gersotto

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 40 min

Aktivzeit: 40 min

Einfach



Zutaten

für 8 Personen

1.2 kg	Brust vom Schweizer Kalb (vom Metzger möglichst flach geschnitten)
300 g	Brät vom Schweizer Kalb
150 g	violette oder schwarze Oliven, entsteint
1 Bund	Küchenkräuter, z.B. Peterli, Basilikum, Majoran, Oregano usw.
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	Salz
2	Zwiebeln
	HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl
2 Zweige	Rosmarin
5 dl	Rindsbouillon
2 dl	Marsala
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
600 g	Wirz
8 dl	Hühnerbouillon
1 TL	Butter
200 g	Rollgerste
100 g	Crème fraîche
25 g	Sbrinz, gerieben

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

682	kcal
38 g	Eiweiss
26 g	Kohlenhydrate
44 g	Fett

enthält Gluten

enthält Laktose

Fleisch und Milch sind Koppelprodukte

Eine Kuh gibt nur Milch, wenn sie jährlich ein Kalb gebärt. Somit hängen Milch- und Fleischproduktion in der Schweiz zusammen.

Zubereitung

1 Oliven grob hacken. Kräuter fein hacken. Beides mit dem Brät mischen und mit Pfeffer würzen. Kalbsbrust auf der Arbeitsfläche ausbreiten, beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen. Brät gleichmässig auf dem Fleisch verstreichen, an einer Längsseite 5 cm Rand freilassen. Fleisch aufrollen, mit Schnur binden.

2 Zwiebeln schälen und grob schneiden.

3 Öl in einer Pfanne erhitzen, Fleischrolle darin rundum 4–5 Minuten anbraten, danach mit Zwiebeln und Rosmarin in Bräter geben. Bouillon und Marsala beifügen, alles auf der untersten Rille des vorgeheizten Ofens bei 180 °C (Umluft 160 °C) 60–70 Minuten schmoren, ab und zu mit der Flüssigkeit übergiessen.

4 Für das Gersotto Zwiebel und Knoblauch schälen, hacken.

5 Wirz waschen, rüsten, vierteln und in feine Streifen schneiden. In kochendem Salzwasser 6 Minuten garen, abgiessen und abtropfen lassen. Die Hälfte des Wirzes mit der Hälfte der Bouillon pürieren.

6 In einer Pfanne Zwiebel und Knoblauch in der Butter glasig dünsten. Gerste beifügen, mit der restlichen Bouillon aufgiessen. Alles kochen lassen, bis die Bouillon absorbiert ist. Den pürierten Wirz beifügen, Gersotto fertig garen. Zuletzt restlichen Wirz, Crème fraîche, Sbrinz beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen.

7 Kalbsbrust aus dem Ofen nehmen, zugedeckt 10 Minuten ruhen lassen. Inzwischen die Schmorflüssigkeit mitsamt Zwiebeln pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Kalbsbrust in Scheiben schneiden, mit Sauce sowie Wirz-Gersotto servieren. Tipp: Das Brät für die Füllung kann auch mit Dörrtomaten oder in Öl eingelegten Peperoni verfeinert werden.