

## Kalbsschmorbraten in Weißwein

Gerade bei Kalbfleisch muss man aufpassen, dass es nicht trocken wird. Deshalb sollte man lieber ein durchwachsenes Stück nehmen und dem Braten genügend Zeit gönnen – bei möglichst niedriger Temperatur. So können die Sehnen und Fettadern schmelzen. Sie halten das Fleisch saftig und machen es zart. Die Schulter ist deshalb besonders geeignet.



Eine passende, sommerlich leichte Beilage sind übrigens unsere gedämpften Kräuterknöpfe – das sind kleine Semmelknödelchen mit reichlich Grünzeug und gedünsteter Zwiebel, die jedoch nicht gekocht, sondern über Dampf gegart werden.

### Zutaten für vier Personen:

- 1,2 kg Kalbsschulter
- Salz
- Pfeffer
- 1 Zitrone
- 3 EL Olivenöl
- 1 große Zwiebel
- 3-4 Knoblauchzehen
- 1 Möhre
- 1 Stange Lauch
- 2 Stängel Bleichsellerie
- eventuell 2-3 kleine Chilischoten
- 2 Tomaten
- 3 Thymianzweige (zum Sträußchen gebunden)
- ½ l Weißwein

### Zutaten für die Soße:

- Fond aus dem Schmortopf
- 1 Schuss Worcestershiresoße
- 1 Prise Zucker
- Salz

## **Gedämpfte Kräuterknöpfe:**

- 3 Semmeln vom Vortag (circa 180 bis 200 g)
- circa 1/8 l Milch
- 50 g durchwachsener Speck in dünnen Scheiben
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2-3 Stiele glatte Petersilie
- 2 EL Crème fraîche
- 2 Eier
- 2 EL Mehl
- Salz
- Pfeffer
- Muskat (oder Macis)
- 1/2 Zitrone
- eventuell auch 1 Prise Cayenne
- eventuell Semmelbrösel
- 1 Tasse gehackte Kräuter, zum Beispiel Schnittlauch, Kerbel

## **Zubereitung:**

Das Fleisch salzen und pfeffern. Mit abgeriebener Zitronenschale, dem Saft einer halben Zitrone und einem Löffel Olivenöl einreiben. Dann in einem Bräter im heißen Öl kräftig anbraten.

Das Fleischstück soll rundum gebräunt sein. Herausnehmen und beiseitestellen.

Das in der Zwischenzeit geputzte und höchstens zentimetergroß gewürfelte Würzgemüse, fein gehackte Zwiebel, Knoblauch und nach Geschmack Chili in den Bräter streuen und gründlich anrösten. Dann das Fleisch darauf betten und mit Pfeffer würzen. Die Tomaten nur halbieren, den grünen Stielansatz herausschneiden und in den Topf legen – ebenso die Thymianzweige.

Schließlich den Wein angießen, alles noch einmal erhitzen und nun den Topf zugedeckt in den auf 110 Grad Celsius (Heißluft) vorgeheizten Ofen stellen. Nach zwei Stunden ist das Fleisch butterzart. Schließlich die Tomatenhaut, die nur noch lose aufsitzt, abzupfen. Auch die Thymianzweige herausfischen und wegwerfen.

In der Zwischenzeit für die gedämpften Kräuterknöpfe als Beilage die Semmeln zunächst in dünne Scheiben und diese dann in Würfel schneiden. Mit heißer Milch beträufeln und eine halbe Stunde einweichen. Den Speck fein würfeln, in einer Pfanne ausbraten, dabei die Butter hinzufügen. Die Zwiebel fein würfeln, zusammen mit dem gehackten Knoblauch hinzugeben und weich dünsten. Mit Pfeffer, Muskat und abgeriebener Zitronenschale würzen.

Ganz zum Schluss die fein gehackte Petersilie untermischen, damit sie nur eben zusammenfällt. Mit dem eingeweichten Brot gut vermischen und zugedeckt eine halbe Stunde ziehen lassen.

Dann Crème fraîche, die Eier, das Mehl und die Kräuter untermischen. Die Masse sehr kräftig abschmecken: mit Salz, Pfeffer und nach Belieben auch mit Cayenne. Die Masse nochmals eine halbe Stunde durchziehen lassen. Sollte sie noch zu weich sein, ein, zwei Löffel Semmelbrösel unterrühren.

Dann mit einem Esslöffel Nocken abstechen, in der feuchten Handfläche glatt formen und auf einem Sieb über Wasserdampf etwa 15 Minuten garen (im chinesischen Dämpfkorb oder einem Gemüsesieb, das man eventuell etwas einfettet, damit die Knöpfe nicht ankleben). Unbedingt einen Probeknopf garen. Falls er nicht zusammenhält, noch einen Löffel Mehl untermischen.

Die Knöpfe müssen luftig aufgehen. Sie sind gar, wenn sie auf Fingerdruck leicht federnd nachgeben.

Für die Schmorbratensoße den Fond aus dem Schmortopf glatt mixen und mit Zucker, Salz und Worcestershiresoße abschmecken. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und auf einer Platte anrichten. Die Knöpfe danebenbetten und die Soße getrennt dazu servieren.

**Getränk:** Als Wein gibt es einen kraftvollen weißen Burgunder, etwa denjenigen, mit dem der Braten aufgegossen wurde. Wir haben dazu einen Grauburgunder Kabinett aus Baden getrunken.

**Tipp:** Ein solcher Schmorbraten muss eine gewisse Größe haben – auch auf die Gefahr hin, dass nicht alles aufgegessen wird.

Das macht absolut gar nichts, denn so hat man gleich für die nächste Mahlzeit vorgesorgt: Wir machen daraus „Vitello tomato“ – Kalb mit Tomate, in Anlehnung an das berühmte Gericht „Vitello tonnato“ – Kalb mit Thunfischsoße: Der Kalbsbraten wird auf der Aufschnittmaschine dünn aufgeschnitten, auf Tellern drapiert, mit einer Soße großzügig bekleckst, die rasch aus einem Soßenrest, etwas Brühe und Olivenöl sowie einer gehäuteten Tomate aufgemixt wurde. Am Ende streuen wir noch geröstete Pinienkerne darüber, für den Biss, sowie gehacktes Basilikum oder Petersilie und ein paar Tomatenwürfelchen für die Farbe.