

Geschmorter Kalb-Tafelspitz

Für 4 Personen

200 g Perlzwiebeln	300 g Fingermöhren	200 g Kräuterseitlinge
1 Kalbstafelspitz (800 g)	Salz	6 El Öl
Pfeffer	1 Tl Zucker	400 ml Kalbsfond
150 ml Steinpilzbrühe		

Perlzwiebeln mit kochend heißem Wasser übergießen und 10 Minuten einweichen. Möhren mit einem Schwämmchen unter kaltem Wasser abschrubben. Das Grün bis auf 3 cm abschneiden. Perlzwiebeln schälen. Kräuterseitlinge in grobe Stücke schneiden. Kalbstafelspitz von Haut und Sehnen befreien. Die Fettschicht mit einem scharfen Messer leicht einschneiden. Das Fleisch rundherum salzen. 4 El Öl in einem Bräter erhitzen und den Tafelspitz erst auf der Fettseite hellbraun anbraten, dann wenden und ebenfalls hellbraun braten. Das Fleisch aus dem Bräter nehmen. 2 El Öl zugeben, Perlzwiebeln und Möhren darin 3 Minuten braten, dann die Pilze zugeben. Mit Pfeffer, Salz und Zucker würzen. Mit dem Fond ablöschen. Fleisch auf das Gemüse setzen und im heißen Ofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) auf dem Rost auf der mittleren Schiene 20 bis 25 Minuten garen. Bräter aus dem Ofen nehmen. Das Fleisch in Alufolie gewickelt 10 Minuten ruhen lassen. Mit dem Gemüse und Steinpilz-Pesto servieren.

Tim Mälzer am 10. 04. 2010