

Kalbskoteletts

Côtes de veau



Zutaten für zwei Personen:

2 dicker geschnittene Kalbskoteletts, je ca. 200 g

Salz, Pfeffer aus der Mühle

doppelgriffiges Mehl ("Wiener Griessler")

1 EL Olivenöl

1 Rosmarinzwig

Für die Sauce:

150 ml trockener Weißwein

100 ml Kalbsfond oder Rinderbrühe

100 ml Sahne

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Kalbskoteletts Zimmertemperatur annehmen lassen. Eventuell Knochen etwas freilegen und abschaben.

2. Die Kalbskoteletts salzen, pfeffern und leicht mit Mehl bestäuben.

3. Backofen auf 120° vorheizen. Einen Rost in mittlerer Stellung einhängen. Ein Backblech als Fettpfanne unterchieben. Die Kalbskoteletts in einer beschichteten Pfanne mit wenig Olivenöl und einem Rosmarinzwig auf jeder Seite ca. 3 Minuten braten, dann in ca. 20 Minuten auf dem Rost im Backofen fertig garen. Die Koteletts sollen innen teilweise noch rosa sein.

4. Bratensatz in der Pfanne mit Weißwein loskochen, Wein einreduzieren. Dann den Kalbsfond zugeben, und die Sahne. Unter Rühren auf die gewünschte Konsistenz einköcheln, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Teller vorwärmen. Anrichten auf Saucenspiegel und mit Rosmarinzwig.

Hinweise:

Fleisch bei einem vertrauenswürdigen Metzger kaufen. Kalbskoteletts auf diese Art sind ein ganz besonderer Genuss.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 60 min, Hauptspeisen, Fleisch, Kalb, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 18.01.2023