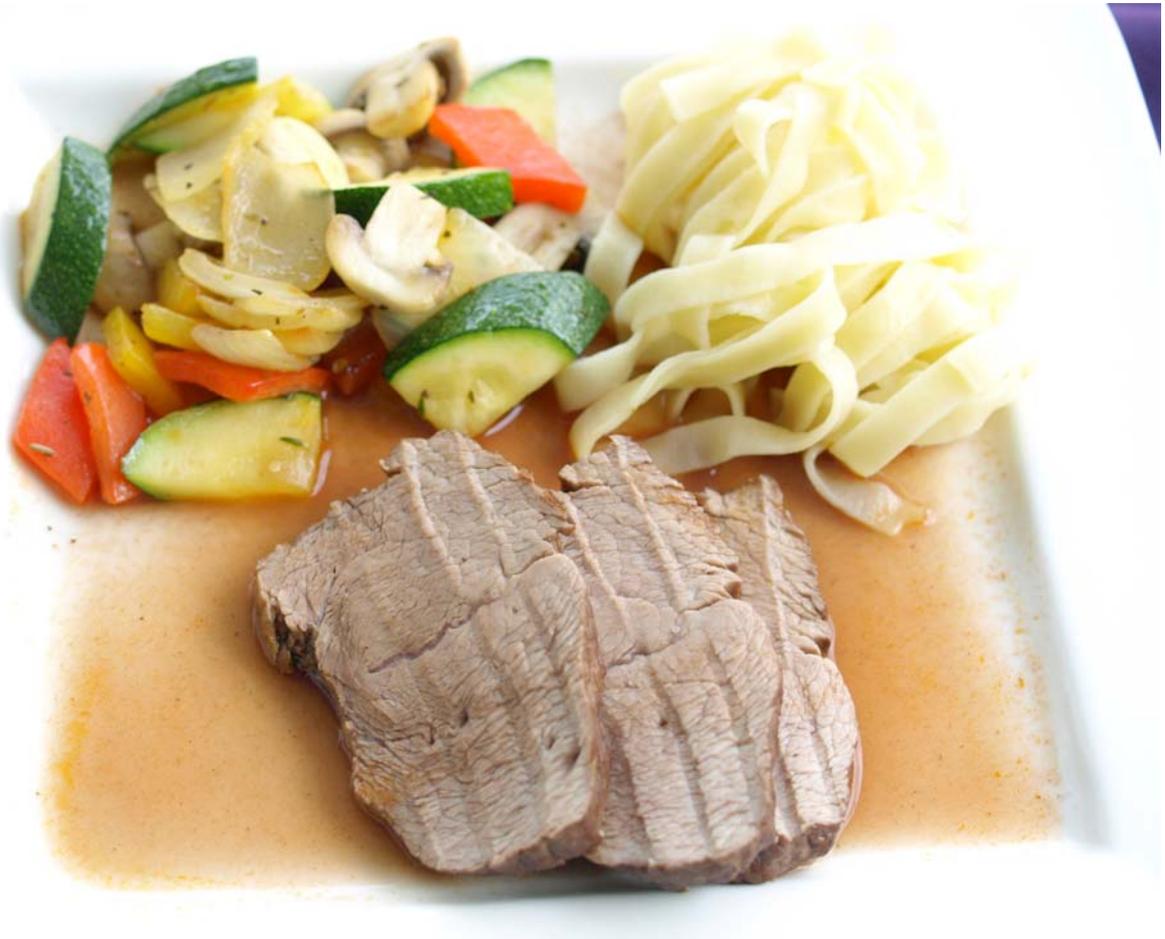


Geschmortes Schulterfilet vom Kalb

Faux filet de veau au four



Zutaten für 4-6 Personen:

650 g Schulterfilet vom Kalb (Faux filet)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL Olivenöl
1 1/2 Gemüsezwiebeln
1 Scheibe Sellerie
1 mittlere Karotte
1 knapper EL Puderzucker
1 EL Tomatenmark
300 ml trockener Rotwein
400 ml kräftige Brühe (z.B. Rind)
1-2 Thymianzweige
1-2 Rosmarinzweige
10 Pfefferkörner
4 Pimentkörner
2 Lorbeerblätter
1 Knoblauchzehe
20 ml Grenadine (optional)
Butter oder Pfeilwurzelmehl (opt.)

1. Wurzelgemüse putzen und grob würfeln.
2. Schulterfilet zimmerwarm werden lassen. Sauber parieren, trocknen, auf allen Seiten in wenig Olivenöl in einer beschichteten Pfanne anbraten.
3. Backofen auf 150° vorheizen.
4. Puderzucker in einem backofengeeigneten Schmortopf karamellisieren lassen. Tomatenmark einrühren und anschwitzen. Mit Rotwein ablöschen und auf 1/3 einköcheln lassen.
5. Inzwischen das gewürfelte Wurzelgemüse in Olivenöl anbraten und dann in den Schmortopf geben.
6. Mit Brühe aufgießen, bis Fleisch und Gemüse knapp

bedeckt sind. Deckel aufsetzen und ca. 90 Minuten im Backofen garen.
7. 30 Minuten vor dem Ende der Garzeit Thymian- und Rosmarinzweige, 10 Pfefferkörner, 4 Pimentkörner und 2 Lorbeerblätter einlegen. Außerdem eine in Scheiben geschnittene geschälte Knoblauchzehe.
8. Fleisch herausnehmen und in Alufolie warm stellen. Sauce abpassieren, nach Geschmack einköcheln, abschmecken. Optional 20 ml Grenadine einrühren.
9. Fleisch quer zur Faser aufschneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Sauce nappieren.

Hinweise:

Wer will, kann die Sauce noch mit kalten Butterflöckchen binden. Oder mit 2 TL kalt angerührtem Pfeilwurzelmehl.

Als Beilagen empfehlen sich kurz gebratenes mediterranes Gemüse und Kartoffelgratin, siehe dazu eigene Rezepte.

Statt Grenadine kann man auch eher säuerlichen Granatapfelsirup verwenden.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min, Gesamtzeit ca. 120 min, Hauptspeisen, Fleisch, Kalb, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 19.01.2023