

## Glasierter Kalbshalsbraten mit Quitte und Senf, Gersten- Risotto mit Wurzelgemüse, Wirzsalat



Rezept für 4 Personen

### Zubereitung

#### Zutaten Kalbshalsbraten

800 g Kalbshals, gebunden  
2 EL Rapsöl  
½ Quitte  
200 g Röstgemüse (Karotte, Sellerie, Zwiebel),  
grob gewürfelt  
1 dl Weisswein  
2 dl Süssmost  
5 dl Kalbsfond, braun  
½ Zimtstange  
1 Sternanis  
1 Lorbeer  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
1 EL grober Senf  
20 g Butter

#### Zubereitung Kalbshalsbraten

Quitte schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem Bräter erhitzen und Kalbshals rundum anbraten. Röstgemüse und Quittenwürfel zugeben und mitrösten. Mit Weisswein und Süssmost ablöschen. Kalbsfond und Gewürze zugeben und das Ganze aufkochen. Fleisch in den Ofen geben und bei 180 Grad zugedeckt ca. 60 Minuten schmoren. Hitze auf 160 Grad reduzieren, Deckel entfernen und während ca. 30 Minuten unter gelegentlichem Arrosieren\* fertig glasieren. Fleisch herausnehmen und Röstgemüse absieben. Sauce mit den Quitten fein pürieren. Senf zugeben, gut verrühren und abschmecken. Kalbshals in Tranchen schneiden und mit der Sauce anrichten.

\* Arrosieren bedeutet, das Gargut mit heisser Flüssigkeit zu übergiessen. Dies kann mit z. B. Bratensaft, flüssiger Butter, Marinade oder Saucen gemacht werden.

### **Zutaten Gersten-Risotto mit Wurzelgemüse**

1 kleine Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
100 g Rübli  
100 g Pastinaken  
1 Bundzwiebel  
20 g Butter  
1 EL Rapsöl  
200 g Röllgerste  
1 dl Weisswein  
8 dl Gemüsebouillon  
50 g Alpkäse, gerieben  
20 g Butter, kalt  
Salz, Pfeffer aus der Mühle

### **Zutaten Wirzsalat**

250 g Wirz, gewaschen, gerüstet  
1 TL Senf  
2 EL Balsamico bianco  
2 EL Gemüsebouillon  
4 EL Nussöl  
Salz, Pfeffer, Zucker  
50 g grob gehackte Haselnüsse

### **Zubereitung Gersten-Risotto mit Wurzelgemüse**

Zwiebel, Knoblauch, Rübli und Pastinaken schälen und fein würfeln. Bundzwiebeln mitsamt Grün in Streifen schneiden. Butter und Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Gemüsewürfel begeben und kurz mitdünsten. Gerste begeben, andünsten, mit Weisswein ablöschen und einköcheln lassen. Einen Teil der Bouillon dazugeben und zugedeckt bei kleiner Hitze unter gelegentlichem Rühren 15 Minuten köcheln. Bouillon nach Bedarf nach und nach hinzugeben. Grün der Bundzwiebeln begeben und weitere 2 – 3 Minuten köcheln lassen, allenfalls noch etwas Bouillon hinzufügen. Alpkäse zusammen mit einem Stück Butteriterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Zubereitung Wirzsalat**

Wirz mit einem Gemüsehobel fein in eine Schüssel hobeln. Restliche Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem Dressing verrühren. Wirz mit dem Dressing vermischen und 30 Minuten ziehen lassen. Haselnüsse in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett rösten und auskühlen lassen. Wirzsalat mit gehackten Nüssen servieren.