

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

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 Rollgerste
 1 dl Weisswein
 8 dl Gemüsebouillon
 50 g Alpkäse, gerieben
 20 g Butter, kalt
 Salz, Pfeffer aus der Mühle

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.

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 Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

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 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.