Kalbsbraten in Pinot-Grigio-Soße mit zartem Gemüse

Zutaten (4 Personen)

- » 800g Kalbsfleisch
- » Salz & Pfeffer
- » 4 EL Dijon-Senf
- » 2 EL Öl
- » 1 Bd. Thymian
- » 200ml Weißwein
- » 400ml Kalbsfond
- » 1 Bd. Möhre(n)
- » 1 Bd. Lauchzwiebel(n)
- » 125g Zuckerschoten
- » 150g Crème fraîche
- » 2-3 EL Soßenbinder
- » 2 EL Butter/Margarine
- » 2 TL Sesam

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
61-90min

Zubereitung

1. Fleisch abbrausen, trockentupfen, würzen. Mit 2EL Senf bestreichen. Das Fleisch im Öl rundherum anbraten. Thymian abbrausen, trockenschütteln und zum Braten geben. Den Wein angießen, auf die Hälfte einkochen lassen. Den Kalbsfond dazugeben und das Fleisch zugedeckt 50-60min garen.

2. Möhren abbrausen, schälen. Lauchzwiebeln und Zuckerschoten waschen, putzen. Möhren, Zwiebeln in Stücke teilen. Gemüse getrennt in Salzwasser bissfest garen, abgießen.

3. Braten aus der Soße nehmen, ca. 10min warm stellen. Soße durchsieben. Crème fraîche und den übrigen Senf einrühren, aufkochen lassen. Mit Soßenbinder andicken, würzen.

4. Die Butter zerlassen und das Gemüse mit dem Sesam darin schwenken. Braten aufschneiden und mit Gemüse sowie Soße anrichten. Evtl. mit Thymian garnieren. Dazu nach Wunsch Bandnudeln reichen.

Tipp: Pinot-Grigio als Wein verwenden.

Nährwerte: 530kcal/E64g/F25g/KH12g pro Portion

angelegt am: 05.02.2005 Rezept-Nr: 1488

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke