

Kalbskarree mit Dijonsensauce

Carré de veau à la moutarde



Zutaten für zwei Personen:

2 dicker geschnittene Kalbskoteletts, je ca. 200 g

Salz, Pfeffer aus der Mühle
doppelgriffiges Mehl ("Wiener Griessler")

1 EL Olivenöl
Rosmarinzwig

Für die Sauce:

100 ml trockener Weißwein

100 ml Kalbsfond

100 ml Sahne

1-2 TL körniger Dijonsenf

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Chiliflocken

Oregano

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 auf der mittleren Schiene einschieben. Ein Backblech als Fettpfanne darunter hängen.

4. Die Kalbskoteletts in einer beschichteten Pfanne mit wenig Olivenöl und einem Rosmarinzwig auf jeder Seite ca. 3 Minuten braten, dann für 20 Minuten im Backofen auf dem Rost fertig garen. Die Koteletts sollten innen leicht rosa sein.

5. Bratensatz in der Pfanne mit Weißwein loskochen, Wein einreduzieren. Dann den Kalbsfond zugeben, den Senf und die Sahne. Unter Rühren auf die gewünschte Konsistenz einköcheln, mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken abschmecken. Nach Geschmack etwas Oregano zufügen.

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

Hinweise:

Das Foto und die Anregung stammen aus dem Schlossrestaurant Bellevue in Oberschleißheim bei München, 2011.

Dieses Lokal hat leider inzwischen geschlossen.

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

Beilagenempfehlung: kurz gebratenes mediterranes Gemüse und Kartoffelgratin.

Weinempfehlung: ein Sancerre.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Gesamtzeit ca. 45 min, Hauptspeisen, Fleisch, Kalb, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 17.01.2023