

Geschmorte Kalbsackerl

Gemeinsam einkaufen, zusammen kochen und mit der ganzen Familie genießen.

Vorspeise

Kürbis-Ingwer-Suppe

Hauptgang

**Geschmorte Kalbsackerl mit Ofengemüse
und Kartoffel-Rucola-Püree**

Dessert

Crêpes Suzette mit Vanilleeis

Einkaufsliste

Zutaten für 4 Personen

Kürbis-Ingwer-Suppe

- 2 Zwiebeln
- 500 g Kürbis
- 1 Knoblauchzehe
- 0,1 l Weißwein
- 1 l Geflügelbrühe
- 0,1 l Sahne
- Kürbiskerne
- Kürbiskernöl, Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- Curry
- Ingwer
- Butter

Geschmorte Kalbsbackerl mit Ofengemüse und Kartoffel-Rucola-Püree

- 4 Kalbsbacken
oder Kalbskugeln (à 130 g)
- 1 Zwiebel
- 200 g Sellerie
- 200 g Karotten
- 8 Schalotten
- 1 Dose Tomaten (geschält)
- 0,1 l Weißwein
- 0,5 l Kalbsfond
- 300 g Kartoffeln (mehlig)
- 100 g Rucola
- 0,1 l Milch
- Salz, Pfeffer
- Butter
- Olivenöl, Pflanzenöl
- Thymian, Rosmarin,
Lorbeer, Muskat

Crêpes Suzette mit Vanilleeis

- 50 g Mehl
- ¼ l Milch
- 2 Eier
- 50 g Butter
- 2 Orangen (kernlos)
- 1 Zitrone
- 0,1 l Orangensaft
- 4 Kugeln Vanilleeis
- Puderzucker
- Cointreau®
(Orangenschnaps)

Liste für Kochutensilien

Bitte stellen Sie sich vor dem Kochen folgendes bereit:

Für die Vorspeise 1 Kochtopf für die Suppe
 1 Zauberstab

Für den Hauptgang 1 großer Schmortopf
 1 mittlerer Topf für die Kartoffeln
 1 Schneebesen
 1 Sieb für den Sud
 1 Topf für das Gemüse
 1 Kartoffelpresse / Stampfer
 1 kleiner Topf

Des Weiteren benötigen Sie 1–2 Schneidebretter
 1 sauberes Küchentuch
 scharfe Messer
 Alufolie

Für das Dessert 2 Schüsseln für den Teig
 1 Sieb für den Teig
 1 Schneebesen
 1 beschichtete Pfanne
 1 Backpinsel
 1 Schüssel für die Orangen

Vorspeise

Kürbis-Ingwer-Suppe

Vorbereitung

Für die Suppe zu Beginn den Kürbis schälen, das Kerngehäuse entfernen und in Würfel schneiden. Den Ingwer (ca. 50g), den Knoblauch und die Zwiebeln schälen und anschließend klein würfeln.

Den Knoblauch, die Zwiebel und den Ingwer in einem Topf mit Öl anschwitzen. 1 EL Currypulver zugeben und mitrösten lassen. Mit Weißwein ablöschen. Die Kürbiswürfel zugeben und mit Brühe auffüllen, bis alles bedeckt ist und eine halbe Stunde köcheln lassen. Wenn der Kürbis weich ist, die Suppe vom Herd nehmen. Die Sahne zugeben und mit dem Zauberstab aufschäumen.

Notizen

Vorspeise

Kürbis-Ingwer-Suppe

Zubereitung

Die Suppe kurz vor dem Anrichten noch einmal aufkochen lassen, vom Herd nehmen, etwas kalte Milch zugeben und mit dem Zauberstab aufschäumen, dass sie schön schaumig wird.

Nun nur noch in Suppentassen abfüllen und mit Kürbiskernen und etwas Kürbiskernöl beträufeln.

Fertig ist die Vorspeise.

Notizen

Hauptgang

Geschmorte Kalbsbackerl mit Ofengemüse und Kartoffel-Rucola-Püree

Vorbereitung

Zu Beginn des Menüs das Gemüse für das Schmorfleisch ansetzen. Dafür den Sellerie und die Karotten waschen, die Zwiebeln schälen und alles grob würfeln. Die Kalbsbacken waschen, trocken tupfen, von Sehnen und groben Fett befreien und mit Salz und Pfeffer würzen. Einen großen Topf mit Olivenöl aufstellen, das Fleisch von beiden Seiten kräftig anrösten bis es schön braun ist und wieder heraus nehmen. Nun das geschnittene Gemüse im gleichen Topf kurz anrösten, mit 1 EL Mehl bestäuben und kurz weiterrösten. Die Dosentomaten zugeben und mit Weißwein ablöschen. Das Fleisch kommt zurück in den Topf und wird mit dem Kalbsfond aufgefüllt bis es bedeckt ist. Einen frischen Thymianzweig dazugeben und für 1,5 Stunden zugedeckt köcheln lassen. Ab und zu umrühren und mit Brühe auffüllen wenn die Flüssigkeit verdampft ist.

Für das Schmor Gemüse die restlichen Karotten, den Sellerie und die Schalotten schälen und zusammen mit dem Staudensellerie zu gleichgroßen Würfeln verarbeiten. In einen Topf das Gemüse und eine Knoblauchzehe in Öl andünsten, mit Weißwein ablöschen, eine Kelle von dem Fleischsud dazugeben und schmoren lassen bis es weich ist.

Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser gar kochen. Danach abgießen und durch die Presse drücken oder stampfen. Die Milch und Sahne erwärmen, mit Muskat und Salz würzen und mit einem Schneebesen unter die Kartoffelmasse geben. Nun noch den Rucola waschen grob hacken und dazugeben. Bis zum Essen warm stellen.

Hauptgang

Geschmorte Kalbsbackerl mit Ofengemüse und Kartoffel-Rucola-Püree

Zubereitung

Nach ca. 1,5 Stunden ist das Fleisch gar und man kann es aus dem Topf nehmen, in Alufolie packen und warm stellen. Nun das Gemüse mit dem Sud durch ein Sieb in einen zweiten Topf abschütten und das Gemüse durch das Sieb drücken. Dadurch wird die Sauce gebunden. Die Sauce mit den Gewürzen und frischen Kräutern abschmecken.

Das Schmorgemüse noch kurz mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Püree mit 2 Löffeln zu Nocken abstechen, auf einen Teller geben und das Schmorgemüse an die Seite geben.

Ein bis zwei von den Bäckchen auf den Teller geben (je nach Größe etwas feiner schneiden), reichlich Sauce darüber geben und mit einem Thymianzweig dekorieren.

Fertig ist der Hauptgang.

Empfehlung: Zu den Bäckchen passt ein frisches, kühles Pils.

Notizen

Dessert

Crêpes Suzette mit Vanilleeis

Vorbereitung

Für den Crêpeteig das Mehl in eine Schüssel geben und die Milch mit dem Schneebesen einrühren. Eine Prise Salz, 1 EL Zucker und 2 Eier dazugeben und unterrühren bis ein glatter Teig entsteht. Ca. 50g Butter schmelzen lassen, zum Teig geben, diesen durch ein Sieb passieren und zum Quellen beiseite stellen.

Eine große beschichtete Pfanne auf den Herd stellen und mit etwas flüssiger Butter auspinseln. Etwas von dem Teig in die Pfanne geben, so dass der Boden dünn bedeckt ist und den Crêpe von beiden Seiten braten. Auf diese Art alle Crêpes fertig backen.

Nun die Orangen schälen, dass die gesamte weiße Haut entfernt ist. Mit einem scharfen Messer die Filets heraustrennen, in eine Schüssel geben und dazu den restlichen Saft aus dem Gehäuse quetschen.

Notizen

Dessert

Crêpes Suzette mit Vanilleeis

Zubereitung

Die Pfanne wieder auf den Herd stellen und den Boden mit Zucker bedecken. Eine ½ Zitrone auf eine Gabel spießen und mit der Schnittseite nach unten den Pfannenboden ausreiben. Etwas Butter zugeben und mit Orangensaft ablöschen.

Die Crêpes 2 mal in der Mitte falten und in die Pfanne legen. Die Orangenfilets dazugeben und mit einem ordentlichen Schuss Grand Marnier ablöschen, anzünden und flambieren lassen bis die Flamme erlischt.

Nun noch auf einen Teller geben und kurz vor dem Servieren mit einer Kugel Vanilleeis anrichten.

Fertig ist das Dessert.

Notizen
