

Ragout fin

Fleisch - Kalb

Vorbereitungszeit: 1 Stunde } 6 Stunde
Zubereitungszeit: 4-5 Stunden

ZUTATEN für ... Personen		4	6
Kalbshals - oder Schulter ¹	g	1400	2000
Zwiebel	St.	1	
Nelken	St.	2	
Suppengemüse: 1 Möhre, 1 Lauch, ¼ Sellerie			
Petersilie, glattblättrig, Stiele	St.	2-3	
Lorbeerblätter	St.	2	
Weißwein, trocken	ml	60	100
Crème double	g	350	500
Speisestärke in Wasser gelöst	EL	2	3
Eigelb	St.	2	3
Champignons braun, klein	g	400	600
Schalotten sehr fein gehackt	EL	2	3

VORBEREITEN:

1. Kalbfleisch gründlich putzen und wie Gulasch würfeln.
2. Suppengemüse putzen, grob zerkleinern.
3. Zwiebel vierteln und mit Nelken spicken.

¹ Die Einkaufsmenge ergibt netto ~ 1.100 bzw. 1.600 g. Außerdem sind die Mengen als Mahlzeit gedacht. Soll das Ragout fin nur als Vorspeise gereicht werden, genügen ¼ des Fleisches und ¼ der Champignons.

4. Petersilie mit Lorbeerblatt zu Bouquet binden.
5. Champignons putzen und grob würfeln.
6. Schalotten sehr fein hacken.

ZUBEREITUNG:

1. Kalbfleisch portionsweise 3 Minuten blanchieren, abspülen.
2. Danach Kalbfleisch erneut in kaltem Wasser aufsetzen. Zum Kochen bringen. Entschäumen.
3. Salz, weiße Pfefferkörner und das Suppengemüse, Zwiebel und Bouquet zufügen. Wein angießen und das Fleisch darin 1½ Stunden sieden lassen.
4. Wenn das Fleisch gar ist (probieren) herausnehmen und abkühlen lassen.
5. Brühe durch sieben und danach auf die gewünschte Menge einkochen lassen. Crème double einrühren und weiter reduzieren Mit Speisestärke andicken.
6. Eigelb mit etwas erkalteter Brühe verrühren und neben dem Feuer unterziehen. Mit Zitronensaft, Pfeffer, Salz und evtl. Weißwein abschmecken.
7. Fleisch klein würfeln und in die Sauce geben.
8. Champignons in einer sehr heißen Pfanne zunächst ohne Fett anbraten. Butter und fein gewiegte Schalotten sowie Pfeffer und Salz zufügen. Mit ein paar Tropfen Zitrone beträufeln.
9. Champignons zum Fleisch geben. Ziehen lassen. Ggf. nochmals abschmecken.

Kcal pro Portion: -

Trennkost: -

※ R-121.DOC