

Kalbsragout (Reisdiät)

Vorbereitungszeit: 20 Minuten } 1 Stunde
Zubereitungszeit: 40 Minuten

ZUTATEN für ... Personen		4	6
Morcheln (Steinpilze) getrocknet	g	20	40
Zwiebeln	g	100	200
Kalbssteak	g	150	300
Öl	TL	2	4
Salz und Pfeffer			
Reis	g	60	120
Schnittlauch			
Sahne	EL	5	10

VORBEREITEN:

1. Reiskocher aufstellen.
2. Trockenpilze in 250 ml warmem Wasser einweichen. Ab und zu bewegen, damit Sand heraus fällt.
3. Zwiebel in Ringe schneiden.
4. Kalbssteak würfeln.
5. Schnittlauchröllchen schneiden.

ZUBEREITUNG:

1. Kalbssteak in heißem Öl anbraten. Zwiebel dazu geben. Hitze reduzieren.
2. Pilze gut ausdrücken, dazu geben. Salzen und Pfeffer.
3. Pilzwasser durch ein Tuch sieben und die aufgefangene Flüssigkeit nach und nach zum Ragout geben. Etwa 30 Minuten schmoren.
4. Reis in reichlich Salzwasser 20 Minuten kochen, abgießen und abtropfen lassen. Schnittlauchröllchen unter mischen.
5. Sahne an das Ragout geben.
6. Anrichten.