

Frisch gekocht
Freitag, 10. März 2017



Rezept von Andreas Wojta

Gebratenes Kalbsbries mit Karfiol und Erbsen

40 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

500 g helles Kalbsbries, 1 Zwiebel, 1 kleiner Bund Petersilie, 1 Zitrone (unbehandelte Schale), etwas Suppenpulver, 250 ml Weißwein, ca. 2 Liter Wasser, 2 EL Butter.

Für das Karfiolpüree: 1 Karfiol, 1 kleine Zwiebel (fein geschnitten), Suppenpulver, 2 EL Butter, Wasser zum Aufgießen, 250 ml Obers.

Für die Erbsen: 100 g Erbsenschoten, 1 EL Butter, Salz, 1 Prise Zucker.

Zubereitung:

In einem Topf die halbierte Zwiebel, Petersilie, Zitronensaft, etwas Suppenpulver, Weißwein und Wasser aufkochen lassen. Das Kalbsbries einlegen, den Topf beiseite ziehen (das Wasser sollte nicht mehr kochen) und das Kalbsbries darin etwa 20 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Danach das Kalbsbries herausnehmen, abkühlen lassen und die feinen Häutchen so gut wie möglich entfernen. Das Bries in nussgroße Stücke teilen. Vor dem Servieren in aufschäumender brauner Butter rundum leicht anbraten. Den Karfiol zuputzen, kleine Röschen herausbrechen und diese waschen. Einige Röschen in etwas Butter braten. Für das Püree Butter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel darin kurz anschwanken. Karfiol zufügen, etwas Wasser zugießen und mit Suppenpulver würzen; auf kleiner Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen. Das Obers zugießen, nochmals kurz aufkochen lassen und in einem Standmixer fein pürieren.

Die Erbsenschoten zuputzen, in Salzwasser bissfest kochen und abseihen. In dünnere Streifen schneiden, in aufschäumender Butter schwenken, mit Salz und einer Prise Zucker würzen.

Das gebratene Kalbsbries mit dem Karfiolpüree, den Karfiolröschen und den Erbsen auf Tellern anrichten.