



K I N D E R A R Z T
D R . M I C H A E L H A U C H

Rezept für Weihnachten 2007

Gefüllte Kalbsbrust

Für 6 – 8 Personen

2,5kg Kalbsbrust, vom Metzger entbeint und eine Tasche hinein
geschnitten
4 Zucchini, klein und fest
12-16 Austernpilze
2 Brötchen, altbacken
200g Kalbsbrät (Metzgerei Schlösser auf dem Carlsplatz oder
Kalbsbratwurst im Kaufhof)
100g Shitake-Pilze
1 Zwiebel
4 Eier
350g Röstgemüse (Zwiebel, Karotte, Sellerie, Lauch)
3 Eiertomaten
3 Knoblauchzehen
je 1 Bund Thymian und glatte Petersilie
1 Flasche Madeira (z.B. Kaufhof)
200g Sahne
1/4l Milch
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer, Muskat

Die Kalbsbrust vom Metzger entbeinen und eine Tasche hinein schneiden lassen. Bitte lassen Sie sich die Knochen – klein geschnitten und evtl. noch einige mehr – mitgeben.

Die altbackenen Brötchen in lauwarmer Milch einweichen lassen und anschließend ausdrücken.

Die Zucchini mit dem Stielansatz längs halbieren und einmal in der Mitte quer teilen. Aus den oberen Hälften für die Beilage einen Fächer schneiden. Dazu kurz unterhalb des Stielansatzes die Zucchini längs im Abstand von 2 mm einschneiden. Die unteren Hälften in kleine Würfel von 0,5 cm Kantenlänge schneiden. Die Shitake-Pilze entstielen und ebenso wie die Zwiebel klein würfeln und in 1 EL Olivenöl kurz anbraten. Die Blättchen von Thymian und Petersilie abzupfen, die Stiele für den Fond aufheben. Für die Füllung eingeweichte Brötchen, Kalbsbrät, Zucchini-, Zwiebel- und Shitakewürfel, Thymian- und Petersilienblättchen zusammen mit 4 Eiern gut durchmischen. Mit Salz, Pfeffer und frischer Muskatnuss

würzen.

Die Kalbsbrust außen und innen mit Salz und Pfeffer einreiben und locker füllen und zunähen. Die gefüllte Kalbsbrust nun einen Tag im Kühlschrank ruhen lassen. Am Festtag den Backofen auf 220° vorheizen. In einem großen Bräter oder einer Reine 1 El Olivenöl und die klein geschnittenen Kalbsknochen geben. Die Knochen über 30-45 Minuten braun rösten. Dabei mehrmals wenden. Dann das grob gewürfelte Rostgemüse mit den Eiertomaten, dem Knoblauch und den Kräuterstielen hinzugeben und nochmals 5 Minuten anrösten. Das Ganze mit ½ l Wasser oder Brühe und 100 ml Madeira ablöschen. Die Kalbsbrust obendrauf setzen. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 180° herunterdrehen. Die Brust langsam braten, mehrfach wenden und immer wieder begießen. Dabei von Zeit zu Zeit Brühe oder Madeira nachgießen. Nach 90 Minuten die Temperatur bis zum Servieren auf 80° stellen.

Um das Weihnachtsessen fertig zu stellen, die Kalbsbrust herausnehmen und warm stellen. Den Bratenansatz noch einmal mit Madeira und Brühe loskochen, die Knochen herausnehmen, den Restfond mit dem Röstgemüse durchmischen und durch ein feines Sieb streichen. Den Soßenansatz mit Sahne und Madeira kräftig einkochen und abschmecken. In 2 EL Olivenöl mit ½ Knoblauchzehe die etwas platt gedrückten Zucchinifächer (einmal wenden) und getrennt davon die Austernpilze kurz anschwitzen, salzen und leicht pfeffern.

Anrichten: Auf angewärmte Teller einen Soßenspiegel gießen, eine ca. 3cm dicke Scheibe Kalbsbrust mit Füllung auflegen und als Beilage 1 Zucchinifächer und 2 Austernpilze anlegen.

Gefüllte Kalbsbrust ist für mich eines der schönsten Familienessen. Fleisch, Beilage (Füllung) und Soße entstehen alles in einem großen Bräter – und Sie haben Zeit! Sie sollten die Kalbsbrust am Vortag füllen. Und auch am Festtag verträgt das Fleisch ohne Probleme 1-2 Stunden Wartezeit bei 80° im Backofen und kann so nach der Bescherung ein weiterer Höhepunkt eines festlichen Abends werden.