

Geschnetzeltes Kalbfleisch an Limonen-Oliven-Sauce



Zubereitung

Für 4 Personen

Zutaten

1 Frühlingszwiebel
1 Limone
500 g Kalbfleisch, geschnetzelt
Salz, Pfeffer
Paprika
4 Esslöffel Olivenöl
1 dl Portwein, weiss, ersatzweise eine Mischung von halb trockenem Sherry/halb Weisswein
2 dl Rahm
12 Oliven, grün
0.5 Bund Estragon
1 Prise Zucker

1 Den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.

2 Die Frühlingszwiebel mitsamt schönem Grün fein hacken. Die Schale von ø Limone dünn abreiben. Den Saft von ø Limone auspressen.

3 Das Geschnetzelte mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. In einer Bratpfanne die Hälfte des Öls kräftig erhitzen. Die Hälfte des Fleisches beifügen, mit dem Spachtel möglichst flach verteilen und bei grösster Hitze ohne Wenden auf der ersten Seite 1 Minute anbraten, dann auf der zweiten Seite nur noch ø Minute weiterbraten. Sofort auf die vorgewärmte Platte in den 80 Grad heissen Ofen geben. Die zweite Portion Fleisch im restlichen Öl auf die gleiche Weise braten. Das Geschnetzelte bei 80 Grad 15?20 Minuten nachgaren lassen. Wenn der Bratensatz sehr dunkel ist, mit etwas Wasser oder Portwein auflösen und durch ein Siebchen in ein Gefäss giessen.

4 Wenn nötig etwas Öl zum Bratensatz geben und die Frühlingszwiebel andünsten. Mit dem Portwein oder der Sherry-Weisswein-Mischung sowie dem Limonensaft ablöschen. Alles gut zur Hälfte einkochen lassen. Den Rahm beifügen und nochmals so lange einkochen lassen, bis die Sauce leicht bindet.

5 Inzwischen die Oliven wenn nötig entsteinen und in feine Streifchen schneiden. Den Estragon fein hacken. Mit den Olivenstreifchen und der abgeriebenen Limonenschale zur Sauce geben und diese mit Salz, Pfeffer, Zucker sowie wenn nötig etwas Limonensaft abschmecken.

6 Zum Servieren die heisse Sauce mit dem Fleisch mischen und das Geschnetzelte anrichten.

(Quelle: wildeisen.ch)