

Kalb-Ragout, Champignons, Grießklößchen, Spitzkohl-Salat

Für zwei Personen

Für das Kalbsragout:

Kalbsfilet à 300 g	1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft)
3 EL Mehl	150 ml Weißwein	150 ml Kalbsfond
4 Gewürznelken	1 Muskatnuss	100 g braune Champignons
100 ml Sauerrahm	2 EL Sahne	3 Zweige glatte Petersilie
2 EL Butter	Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer

Für die Grießklößchen:

250 ml Milch	100 g Grieß	3 Eier
50 g Butter	2 Zweige glatte Petersilie	1 Prise Salz

Für den Spitzkohlsalat:

1 kleiner Spitzkohl	1 rote Zwiebel	1 Apfel (Boskop)
3 EL Sonnenblumenöl	3 EL Apfelessig	1 TL Kümmel
1 Prise Zucker	Salz	Pfeffer

Für das Kalbsragout mit Champignons:

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne schmelzen und das Fleisch darin rundum anbraten. Mit Mehl bestäuben und mit Weißwein und Fond ablöschen.

Zwiebel abziehen, halbieren und mit Nelken spicken. Zum Fleisch geben und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten garen. Mit Salz, Pfeffer und etwas geriebener Muskatnuss abschmecken.

Champignons putzen, in feine Scheiben schneiden und in einer weiteren Pfanne mit Öl anbraten. Am Schluss unter das Fleisch geben.

Petersilie abbrausen, trocken wedeln und feinhacken. Die Zwiebel aus dem Ragout entfernen, Sauerrahm und Sahne unterrühren und mit gehackter Petersilie bestreuen. Zitrone auspressen und den Saft dazu geben.

Für die Grießklößchen:

Die Milch in einem Topf mit Butter und Salz aufkochen. Grieß unter ständigem Rühren einrieseln lassen. Kräftig weiter rühren, bis ein Kloß entsteht. Vom Herd nehmen, die Eier unterrühren und etwas ruhen lassen. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und feinhacken. Anschließend untermischen. Den Teig mit 2 Esslöffeln abstechen und in siedendes Salzwasser etwa 5-7 Minuten ziehen lassen.

Für den Spitzkohlsalat:

Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Apfel abbrausen, trocken tupfen und in dünne Stifte schneiden. Zwiebel und Apfel in Öl andünsten und mit Apfelessig ablöschen. Kümmel, Salz und Pfeffer darunter mischen. In der Zwischenzeit Spitzkohl abbrausen, trocken schleudern und in ganz dünne Streifen schneiden, etwas mit den Händen kneten, Marinade darunter mischen und nochmals mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Kalbsragout mit Champignons, Grießklößchen und Spitzkohlsalat auf Tellern anrichten und servieren.

Uschi Malzburg am 27. November 2017