

Kalb-Ragout

500 g Kalbfleisch-Würfel	4 Zwiebeln	1 Stange Lauch
4 Tomaten	750 ml Gemüsebrühe	200 ml Sahne
1 Zitrone	1 Blatt Lorbeer	1/2 Bund Thymian
1 - 2 EL Stärke	Pflanzenöl	Salz
Pfeffer	Steinpilzpulver	

Zwiebeln schälen und fein schneiden. Das Weiße vom Grünen des Lauchs trennen, beides in Ringe schneiden, gut waschen und trockentupfen. Die Tomaten waschen, im Ganzen lassen, aber den Strunk herausschneiden.

Das Kalbfleisch gut mit Salz würzen, mit einem Schuss Pflanzenöl vermengen und nach und nach in einem großen (wenn möglich, beschichtetem) Bräter ringsum hellbraun anbraten. Danach das Fleisch aus der Pfanne nehmen.

Die Zwiebeln mit dem Weißen vom Lauch in den Bräter geben, mit einem Schuss Öl anbraten, das Fleisch wieder dazugeben und mit Gemüsebrühe bedeckt auffüllen. Tomaten im Ganzen hineinlegen, ein Lorbeerblatt zugeben, aufkochen und mit einer Prise Salz würzen. Bräter mit einem Deckel verschließen und auf einem Backgitter im auf 140°C Umluft vorgeheizten Backofen schmoren.

Je nach Größe der Fleischstücke dauert es etwa 1,5 - 3 Stunden, bis das Fleisch weich geschmort ist.

In der Zwischenzeit die grünen Lauchringe in einem Topf mit stark gesalzenem, kochendem Wasser einige Sekunden blanchieren. Danach in einer Schüssel mit Eiswasser kalt abschrecken, herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Das weich geschmorte Kalbsragout aus dem Ofen nehmen, die verkochten Tomaten vorsichtig herausnehmen und durch ein feines Sieb in die Sauce drücken. So bleiben Haut und Kerne draußen. Den Bräter zurück auf den Herd stellen, aufkochen, die Sahne einrühren und ggf. mit etwas zuvor in kaltem Wasser angerührter Stärke leicht abbinden.

Thymianblättchen von den Zweigen zupfen, fein hacken und zusammen mit den grünen Lauchringen in das köchelnde Ragout geben.

Das Ganze nochmals mit Salz, Pfeffer, Abrieb und Saft der Zitrone sowie einer Prise Steinpilzpulver abschmecken und zusammen mit Nudeln oder Kartoffeln als Beilage servieren.

Alexander Herrmann am 16. April 2020