




Kalbshaxen an Zitronensauce

Wie sauer diese Sauce ist, lässt sich ganz einfach durch Zugabe von mehr Saft oder etwas Zucker bestimmen – je nach Belieben.

 Leichte Küche  Glutenfrei

Annemarie Wildeisen

ZUTATEN

 Für 4 Personen

- 1 Zwiebel mittलगross
- 3/10 Bund Thymian
- 4 Scheiben Kalbshaxen
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 Esslöffel Bratbutter
- 2 Teelöffel Zucker
- 1 Teelöffel Butter gehäuft, (1)
- 1 dl Noilly Prat
- 3 dl Fleischbouillon
- 1 Zitrone Saft
- 400 g Rüebli
- 50 g Bratspecktranchen mager
- 1 Esslöffel Butter (2)
- 1 dl Rahm

NÄHRWERT

Pro Portion

- 445 kKalorien
- 1861 kJoule
- 10g Kohlenhydrate
- 24g Eiweiss
- 31g Fett
- 11 ProPoints™

Erschienen in
2 | 2012, S. 9

ZUBEREITUNG

- 1 Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
- 2 Die Zwiebel schälen und hacken. Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Ein Drittel der Blättchen für die Garnitur beiseitelegen.
- 3 © Annemarie Wildeisens KOCHEN – <https://www.wildeisen.ch/>
Die Kalbshaxen mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Bräter die Bratbutter kräftig erhitzen. Die Haxen darin auf beiden Seiten goldbraun anbraten. Herausnehmen.
- 4 Den Zucker zum Bratensatz geben und zu goldbraunem Caramel schmelzen lassen. Die erste Portion Butter (1) beifügen und unter Rühren aufschäumen lassen. Dann die Zwiebel beifügen und glasig dünsten. Mit dem Noilly Prat ablöschen und diesen leicht einkochen lassen. Dann die Bouillon und den Zitronensaft dazugeben, die Kalbshaxen hineinlegen und alles aufkochen.
- 5 Den Bräter mit einem Deckel oder Alufolie verschliessen und das Fleisch im 200 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille 1 1/2 - 1 3/4 Stunden schmoren lassen, bis sich das Fleisch vom Knochen zu lösen beginnt.
- 6 Inzwischen die Rüebli schälen und in knapp 1 cm grosse Würfel schneiden. Die Bratspecktranchen in feine Streifchen schneiden.
- 7 In einer Pfanne die Speckstreifchen im eigenen Fett langsam knusprig braten. Dann die zweite Portion Butter (2) beifügen und erhitzen. Die Rüebli hineingeben, den beiseitegestellten Thymian sowie 2 Esslöffel Wasser beifügen und alles unter gelegentlichem Wenden so lange dünsten, bis die Rüebli knapp weich sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zugedeckt beiseitestellen.
- 8 Am Schluss der Garzeit die Kalbshaxen aus dem Bräter nehmen und zugedeckt warm halten. Den Rahm zur Sauce geben und diese mit dem Stabmixer fein pürieren. Auf grossem Feuer nochmals etwa 5 Minuten einkochen lassen, bis die Sauce leicht bindet. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 9 Gleichzeitig die Rüebli nochmals kräftig erhitzen.
- 10 Die Kalbshaxen in die Sauce zurücklegen und nur noch gut heiss werden lassen. Mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten und die Speck-Rüebli dekorativ darüber verteilen. Sofort servieren.

Nicht nur Kalbshaxen, auch ein Ragout lässt sich auf diese Weise zubereiten. Wie sauer oder besser zitronig man am Schluss die Sauce mag, ist eine sehr persönliche Sache, lässt sich aber einfach korrigieren, indem man noch etwas Zitronensaft beifügt oder aber der Sauce mit Beigabe von etwas Zucker die Säure nimmt.