



## Kalbsbrustspitz (Kalbsrippe) mit Gemüsesalat

Üblicherweise wird die Kalbsbrust ausgebeint angeboten. Mein Metzger (Weber, Wetzikon) hatte Kalbsbrust mit Bein. Ein Stück von 3 Rippen Breite hab ich davon gekauft. Gut dreiviertel Kilo. Die kräftigen Rippen abgerechnet, bleibt genug Fleisch für zwei Portionen.

Ich habe die Kalbs-Rippe kurz und kräftig angebraten, was bei dem gewölbten Stück gar nicht so einfach war, und dann bei 100° im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 85° gegart. Das dauerte 3 1/2 Stunden. Nachher im ausgeschalteten und entlüfteten Ofen mindestens eine Viertelstunde nachziehen lassen.

Die Kalbsbrust war zart, saftig und aromatisch, obwohl ich das Stück nur leicht mariniert habe: Weisswein, etwas Senf, Salz und Pfeffer.

Zusammen mit Gemüsesalat serviert: Ein leckeres Sommergericht.

Eine Kalbsrippe auf den Grill zu legen ist sicher verlockend, doch vermutlich wird sie dabei zäh, da sie ganz durchgebraten werden muss. Ein Smoker ist da geeigneter, da die Rippe im 100° Grad heissen Rauch garen kann und dabei die Raucharomen aufnimmt: Mhhhh..., aber ich hab keinen Smoker.

### Zutaten

ca.750g Kalbsrippe (3 Rippen)  
1dl Weisswein  
1Tl pikanter Senf  
Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
Bratbutter

### Zubereitung

Kalbsrippe 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Ringsum salzen und pfeffern. Senf im Weisswein verrühren und die Rippe damit bestreichen.

Fleischseite der Rippe in Butter scharf anbraten bis sie hellbraun ist. Um die nach innen gewölbte Knochenseite anzubraten, hab ich den Backofen nur mit Oberhitze (Grill) auf 250° vorgeheizt und die Rippe mit der Unterseite nach oben auf der obersten Rille eingeschoben und 8 Minuten gebraten (grilliert).

Danach die Rippe herausnehmen, den Ofen auf Ober- und Unterhitze umschalten und die Temperatur auf 100° einstellen. Ofen ein paar Minuten entlüften und die Rippe in der Ofenmitte mit flach eingestecktem Thermometer einschieben.

Bis zu einer Kerntemperatur von 85° garen, danach Ofen ausschalten und kurz entlüften. Die Rippe im warmen Backofen mindestens 15 Minuten nachziehen lassen.





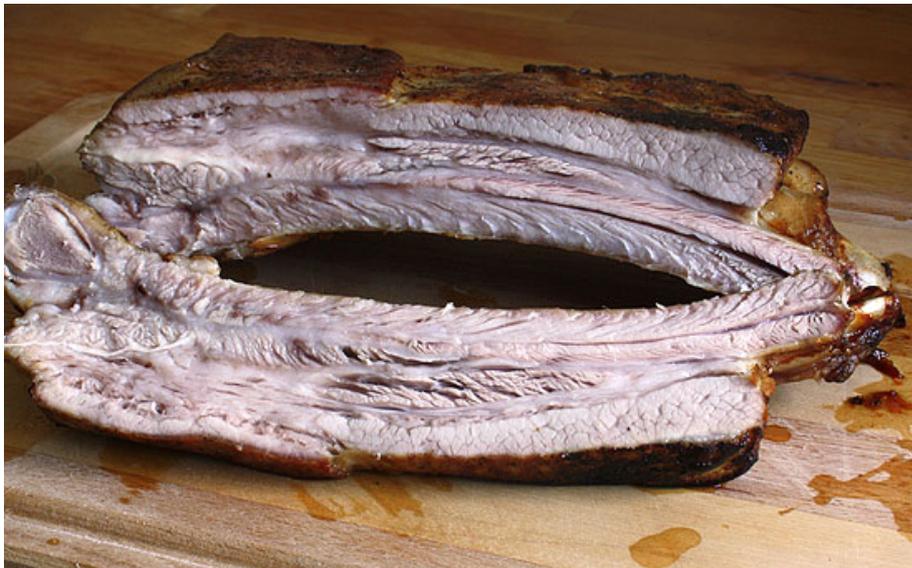
*Die Unterseite der Rippe lässt sich in der Pfanne nicht anbraten...*



*Nach dem Anbraten im Ofen.*



*Nach 3 1/2 Stunden im Ofen*



*Aufgeschnitten...*



*Gegessen...*