



## Kalbsbraten vom Nierstück an Rotweinjus

Das Nierstück gehört zu den edelsten Teilen des Kalbes (und ist entsprechend teuer). Auch darum ist es angebracht, das edle Teil schonend nach der Niedertemperaturmethode zuzubereiten. Wird es zu lange und zu heiss gegart, dann wird es zäh. Wird es aber im 80° heissen Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 60° gegart, so wird das Nierstück schön saftig und zart. Das braucht einfach Zeit, so knapp 2 Stunden.

Das Kalbfleisch ist zwar von feinen Geschmack, trotzdem passt ein kräftiger Jus aus Rot- und Portwein dazu, der aber nur sparsam dazu gereicht wird, so ein bisschen als Gaumenkitzler. Auch der Braten wird zusammen wenig aber kräftigen Zutaten im Ofen gegart: Wacholderbeeren, Zwiebeln und Rotwein.

Als Gemüsebeilage passen Muotathaler Bohnen ausgezeichnet. Das sind grosse, fleischige und sehr geschmackvolle Bohnen. Sie sind von dunkelvioletter Farbe, die sich aber beim dämpfen in ein dunkles, sattes Grün verwandelt.

### Zutaten (2 Portionen)

400g Kalbsnierstück  
1El Wacholderbeeren  
1 Schalotte ca. 30g  
5cl kräftiger Rotwein (z.B. Merlot)  
Salz und Pfeffer

### Sauce:

1dl kräftiger Rotwein  
4cl roter Portwein  
2Tl brauner Zucker  
20g kalte Tafelbutter  
Salz und Pfeffer

300g Muotathaler Bohnen  
1-2 Zweige frisches Bohnenkraut  
Kräutersalz

## Zubereitung

Kalbsnierstück 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Fettdeckel sogleich kreuzweise einschneiden (das geht besser, wenn das Fleisch noch kalt ist) und ringsum salzen und pfeffern.

Wacholderbeeren im Mörser grob zerstossen. Schalotte längs halbieren und zu dünnen Streifen schneiden. Beides zusammen in wenig Bratbutter andünsten bis ein kräftiger Wacholder-Duft aus der Pfanne steigt. Mit Rotwein ablöschen und kurz ziehen lassen.

Ofen auf 80° vorheizen.

Fleisch in Bratbutter ringsum kräftig anbraten und in ein Bratgeschirr legen. Sud mit den Wacholderbeeren dazu giessen, Braten mit etwas Saft übergiessen. Bratenthermometer einstecken und in den Ofen schieben. Bis zu einer Kerntemperatur von 60° garen, dabei ab und zu mit etwas Saft übergiessen.

Bratensaft mit Rot- und Portwein ablöschen und aufrühren. In eine kleine Pfanne absieben, Zucker zugeben und bis zu weiner sirupartigen Konsistenz einkochen lassen. Sobald der Braten fast gar ist. Saft aus dem Bratgeschirr zum Jus absieben. Wieder etwas einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss die kalte Butter mit einem Schwingbesen in den heissen, aber nicht mehr köchelnden Jus einrühren.

Sobald die Kerntemperatur erreicht ist, Braten aus dem Ofen nehmen und vor dem Aufschneiden 10 Minuten ruhen lassen.

Braten anrichten und mit etwas Rotwein-Jus beträufeln.

Die Bohnen besitzen keine Fäden und sind schnell gerüstet. Ins Dampfsieb geben, Blätter vom Bohnenkraut abzupfen und zugeben, mit Kräutersalz würzen und zugedeckt weichdämpfen (ca. 15 - 20 Minuten).



*Besser geht das Einschneiden, wenn das Fleisch noch kalt ist...*







*Aufgelöster Bratensatz absieben*



*Jus eingekocht*



