



Kalbsbraten vom Nierstück mit Champignons, Peperoni und Marsala

Das Nierstück vom Kalb entspricht dem Entrecôte vom Rind, es ist zwar zarter aber auch heikler bei der Zubereitung, damit es zart und saftig bleibt, muss es schonend zubereitet werden, am besten wird es nach kurzem, scharfem Anbraten bei niedriger Temperatur im Ofen (80°) bis zu einer Kerntemperatur von höchstens 60° gegart.

Die Sauce ist ein wenig dem Stroganoff-Rezept nachempfunden. Gebratene Champignons werden zusammen mit Peperoni-Streifchen und kleingeschnittener Essiggurke in Marsala und Bouillon geschmort. Mit einem leicht säuerlichen Unterton und dem dichten Aroma des Marsala ist diese Sauce ein unwiderstehlicher Gaumenschmeichler.

Zutaten (2 Portionen)

360g	Kalbsbraten vom Nierstück
1El	Condiamento Balsamico *
150g	Champignons
80g	rote Peperoni
1dl	Marsala
1dl	Hühnerbouillon
2	Essiggurken, ca. 50g
2El	Sauerrahm
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

* Condiamento: Balsamico mit einer Zugabe von Traubenmost, die dem Essig eine liebliche Note verleiht.

Zubereitung

Kalbsbraten 2 Stunden vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen, Fettdeckel

kreuzweise einschneiden und sogleich ringsum salzen, pfeffern und mit Balsamico einpinseln.

Ofen auf 80° vorheizen. Braten allseitig kurz und kräftig anbraten. Bratenthermometer an der dicksten Stelle einstecken, in den Ofen schieben und bis zu einer Kerntemperatur von 55° garen. Ofen ausschalten, kurz entlüften und den Braten nachziehen lassen, die Kerntemperatur steigt dabei um 2-3°. Die Garzeit beträgt bei diesem kleinen Stück wenig mehr als eine Stunde.

Falls nötig, kann der Braten bis zu einer Stunde im Ofen bei 50° warmgehalten werden.

Die Zubereitung der Sauce beansprucht etwa eine halbe Stunde, sie kann auch gut vorbereitet und wieder aufgewärmt werden.

Champignons zu 5mm dicken Scheiben schneiden (grosse Champignons vorab halbieren). Peperoni zu kurzen, schmalen Streifen schneiden. Essiggurken längs vierteln und zu Scheibchen schneiden.

Champignons in Bratbutter anbraten, dabei nicht bewegen, bis sie auf der Unterseite schöne Röstspuren zeigen, danach wenden und 3-4 Minuten weiterbraten. Champignons an den Pfannenrand schieben und die Peperoni auf der freien Fläche 3-4 Minuten andünsten.

Mit Marsala ablöschen und leicht einkochen lassen. Bouillon dazugießen, Essiggurken zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Sauerrahm unterrühren und mit Pfeffer und eventuell Salz abschmecken. Sauce nochmals etwas einkochen lassen.

Kalbsbraten dünn aufschneiden und auf heißen Tellern anrichten. Sauce dazugeben.







