

ZUTATEN

800 g	Voressen vom Schweizer Kalb
20 g	getrocknete Morcheln
3	Zwiebeln
300 g	Rüebli
2 EL	HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl
1 EL	Mehl
2 dl	trockener Weisswein
3 dl	Bouillon
1	Lorbeerblatt
2 dl	Rahm
1	Bio-Zitrone (abgeriebene Schale)
1/4	Bund Schnittlauch
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle

KALBSVORESSEN AN EINER MORCHELRAHMSAUCE



ZUBEREITUNG



Für 4 Personen



110 Minuten



Leicht



525 kcal

*Viel Erfolg beim Kochen über einen
Positives Feedback freue ich mich
immer wieder, wie es euch beim
Kochen gelaufen ist.*



**vom
FRITZ**
LEBENSMITTEL – VOMFRITZ.CH

1. Morcheln in ein Gefäss geben und in warmem Wasser 10 Minuten einweichen. Zwiebeln schälen und würfeln. Rüebli schälen und in dicke Scheiben schneiden.
2. Öl in einem grossen Bräter auf hoher Stufe erhitzen. Kalbsvoressen darin rundherum anbraten, mit Mehl bestäuben, gut verrühren und kurz anrösten. Fleisch herausnehmen.
3. Zwiebeln im Bratsatz anbraten. Morcheln aus dem Wasser nehmen und je nach Grösse halbieren oder vierteln. Einweichwasser durch ein feines Sieb zu den Zwiebeln geben, mit Weisswein und Bouillon auffüllen, Fleisch und Rüebli zugeben und alles zum Kochen bringen. Lorbeer und wenig Salz zugeben. Geschlossen bei milder Hitze und gelegentlichem Umrühren ca. 1,5 Stunden köcheln lassen.
4. Sobald das Fleisch zart ist, den Rahm zugeben, alles mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen. Kurz erhitzen, Schnittlauch schneiden und dazugeben. Auf vorgewärmten Tellern servieren.

Dazu passen Butternudeln.