Gebratener Kalbsrücken mit Spargelrisotto

Stufe 2

Zubereitungszeit: 105 Min.
Ruhezeit: 30 Min.

Zutaten:

1 l Brühe
60 g Butter
400 g Kalbsrücken
1 Knoblauchzehen
50 g Möhre(n)
3 EL Olivenöl
50 g Parmesan
100 g Risotto-Reis
100 ml Rotwein
2 Schalotte(n)
6 Stange(n) Spargel, grün
100 ml Weißwein
2 kleine Rosmarinzweig(e)
2 kleine Thymianzweig(e)
nach Belieben Pfeffer, schwarz
nach Belieben Salz

Rösle Spargel- und Pastatopf ELEGANCE

Lurch Spargelschäler grün

Le Creuset Pfannenwender

Kaiser Brat- & Backform Classic

Lurch Razortech Parmesanreibe

AdHoc Set elektrische Pfeffer- & Salzmühle Pepmatik

GEFU digitales F unk-Bratentherm ometer HÄNDI

WMF Spargeltopf mit Glasdeckel

Continenta Schneidebrett aus Gummibaum Stirnholz mit 3 Schubladen

Küchenprofi Spargelschäler

1

Den Kalbsrücken mit 2 EL Olivenöl einreiben, mit je einem Zweig Thymian und Rosmarin auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 80 Grad bis zu einer Kerntemperatur von 52 Grad garen.

2

Sind die 52 Grad erreicht, das Fleisch in einer schweren, heißen Pfanne von allen Seiten sehr kurz anbraten, aus der Pfanne nehmen und mit Alufolie abgedeckt 2 Minuten ruhen lassen.

3

In der Zwischenzeit die noch heiße Pfanne mit dem Rotwein (100 ml) ablöschen. Den Wein so lange kochen lassen bis ein dickflüssiger Sirup entsteht. Ein Esslöffel Butter dazugeben und mit Salz und Pfeffer vorsichtig würzen.

4

Den fertig gegarten Kalbsrücken in 4 Scheiben schneiden und mit Salz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle würzen. Zusammen mit der Rotweinreduktion servieren.

5

Das untere Viertel der Spargelstangen vorsichtig abschneiden. 4 Stangen in wenig kochendem Salzwasser 10 Minuten garen und sofort in eiskaltem Wasser abkühlen. Das Spargelwasser für später aufheben.

6

Die Schalotten und die Karotten schälen und sehr fein würfeln, den gekochten Spargel in feine Ringe schneiden und die Knoblauchzehe andrücken. Die Möhren- und Schalottenwürfel mit einem Esslöffel Olivenöl anschwitzen, die Knoblauchzehe und die Kräuterzweige dazugeben, den Reis beifügen und mitschwitzen.

7

Alles mit dem Weißwein ablöschen und aufkochen lassen. Dabei ständig rühren, damit der Reis nicht ansetzt. Den Weißwein völlig verdunsten lassen und mit einer Kelle der Brühe und einer Kelle des Spargelfonds auffüllen.

8

Unter ständigem Rühren so lange die Brühe und den Fond dazugeben bis der Reis noch leichten Biss hat. Jetzt die restliche Butter beifügen und den Parmesankäse direkt in das Risotto reiben und mit Salz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle würzen.

9

Wenn sie direkt sichtbar sind, die angedrückte Knoblauchzehe und die Kräuterzweige entfernen.

10

Die zwei übrigen Stangen Spargel mit einem scharfen Spargelschäler in hauchdünne Scheiben schneiden, zu Rollen formen und mit dem Risotto gefüllt anrichten.

Wussten Sie schon? Spargel kann auch roh gegessen werden, muss dafür aber in dünne Scheiben geschnitten werden, wie bei unserem letzten Schritt. Bei grünem Spargel entfernt man nur das untere Drittel oder Viertel der Stange. Werfen Sie die Spargelabschnitte nicht weg. Sie können für Gemüsesuppen oder Brühen verwendet werden. Grüner Spargel wird nicht geschält. Weißen Spargel sollten Sie vor dem Kochen mit einem Sparschäler schälen. Wenn die Spargelstangen beim Aneinanderreiben quietschen, ist der Spargel frisch.