



Kalbsrücken in Pilzrahmsoße

Zutaten:

1 Kalbsrücken
250ml Sahne
300g Pilze (Pioppini)
etwas Blattspinat
3-4 Cocktailtomaten
3-4 Kartoffeln
2-3 bunte Babypaprika
etwas Weißwein
Butter, Zitrone
Rosmarin
Chilli
Knoblauch
Frühlingszwiebeln



Zubereitung:

Erhitzen Sie zunächst eine Pfanne sehr heiß, am besten geeignet ist hierfür eine Grillpfanne. Salzen und pfeffern Sie die Kalbsrücken am Knochen und schneiden Sie eventuell die dickeren Sehnen ab. Ölen Sie das Fleisch ordentlich und belegen es noch mit etwas Rosmarin. Danach mit Chilliflakes nach Geschmack bestreuen und geschnittenen Knoblauch ebenso darauf verteilen. Schneiden Sie die Kartoffeln in Wedges. Ölen Sie ebenfalls diese Kartoffelwedges, salzen, pfeffern. Ab zum Fleisch in die Pfanne. Das Fleisch nun von beiden Seiten gut anbraten. Die Cocktailtomaten jetzt ebenfalls in die Pfanne geben und nun alles gesamt für ca. 8 Minuten bei 180°C in den Ofen schieben.

Nun schneiden Sie nochmals Knoblauch klein, ebenfalls ein Zwiebel. Ölen Sie eine weitere Pfanne und erhitzen diese. Knoblauch und Zwiebeln kurz darin anbraten, parallel ein paar Stücke bunte Paprikastreifen ebenfalls in die Pfanne schneiden. Blattspinat hinzugeben. Etwas Chilli ebenfalls. Nun die Pilze klein hacken. Auch in die Pfanne damit. Kurz einkochen lassen. Das Gemüse nun mit etwas Weißwein ablöschen, dann Sahne darüber und nun nochmals die Soße einkochen lassen.

Nach ca. 7 Minuten ist die Soße soweit. Nun nehmen Sie das Fleisch aus dem Ofen. WICHTIG! Erst das Fleisch etwas auf einem Teller ziehen lassen, sonst ist es beim Anschneiden eventuell zu blutig. Testen Sie die Kartoffeln. Alles fertig? Dann richten Sie an. Geben Sie hierfür das Fleisch auf den Teller, belöffeln es mit der Soße, anbei legen Sie die Kartoffeln und Tomaten.

Fertig! Viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit! :)