

Kalbsrücken in Niedrigtemperatur-Garmethode

Für 4-6 Personen



pro Person ca. 200 g Kalbsrücken
Olivenöl und Butter zum Braten
einige Rosmarinzweige

Das Fleisch rundherum anbraten und auf eine vorgewärmte Platte geben.
Bei 80 °C im Backofen so lange garen, bis eine Kerntemperatur von ca. 60 °C erreicht ist.

Die Backofentemperatur auf 65 °C zurückschalten und den Kalbsrücken ca. 10 Minuten rasten lassen. Zum Servieren den Kalbsrücken in dünne Scheiben schneiden. Je 2 Scheiben auf vorgewärmten Tellern servieren.
Bratenjus und Beilagen dazu anrichten.

Bratenjus mit Edelkastanien-Aromen

2 - 3 kg Kalbsknochen
3 Bund Suppengemüse - klein gewürfelt -
etwas Butter zum anbraten
1 Flasche Rotwein
1 EL Tomatenmark
3 Lorbeerblätter
3 Thymianzweige
5 Pfefferkörner
etwas Bienenhof Pausch Edelkastanienhonig-Essig
etwas Bienenhof Pausch Edelkastanienhonig

Die Knochen portionsweise in etwas Butter anbraten und aus dem Topf nehmen.
Das Suppengemüse scharf anbraten, einen Esslöffel Tomatenmark zugeben und mit Wein ablöschen. Gewürze und Kräuter zugeben. Knochen wieder in den Topf geben. Bei offenem Topf ca. 7 bis 8 Stunden köcheln lassen. Danach durch ein Sieb abgießen.

Den Bratenjus nochmals etwas reduzieren.
Mit Meersalz, Pfeffer, Edelkastanienhonig-Essig und Edelkastanienhonig abschmecken.
Evtl. noch etwas binden (Speisestärke, kalte Butter oder Mehlbutter).

Die Rezepte wurde in Zusammenarbeit mit Kochkünstlerin Zara Valenti, München entwickelt

Die Produkte vom Bienenhof Pausch sind über den Naturkostfachhandel sowie im Hofladen, Unterschnatterbach 3, 85298 Scheyern (samstags von 9 bis 12 Uhr) oder im Online-Shop **www.bienenhof-pausch.de** erhältlich.

Bild: Bienenhof Pausch