

Rezepte «SRF bi de Lüt – Landfrauenküche 2016»

Geschnetzeltes Kalbfleisch an Balsamico-Salbei-Rahmsauce, Kartoffelgratin, Berner Landfrauenbohnen-«Wedele», dreifarbiges Rüeblibouquet

Hauptgang von Christa Krähenbühl

für 4 Personen

Kartoffelgratin

- Butter für die Förmchen
- 600 g Kartoffeln, mehligere Sorte, geschält und in feine Scheiben geschnitten
- 2 dl Milch
- 1 ½ dl Rahm
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Muskat
- 50 g rezepter Emmentaler, gerieben

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. 4 Portionenförmchen mit Butter einfetten.

Kartoffelscheiben in ausgebutterte Förmchen verteilen. Milch, Rahm, Knoblauch, Salz, Pfeffer und Muskatnuss in einen Becher geben, gut rühren oder schütteln, bis das Salz aufgelöst ist. Den Guss über die Kartoffeln giessen und mit Emmentaler bestreuen. In den Backofen schieben und 30 Min. backen.

Stangenbohnen

- 200 g Stangenbohnen, gewaschen und gerüstet
- 4 Tranchen Speck
- ½ TL Bouillonpulver
- 2-3 Zweige Bohnenkraut

4 Bohnen-Bündel machen und je mit einer Specktranche zu «Wedele» umwickeln. Auf gelochte Steamerschale legen, würzen und das Bohnenkraut dazu legen.

Im Steamer bei 100 Grad 30-35 Min. dämpfen.

Rüebli

- 100 g Rüebli, gewaschen, geschält und schräg in Scheiben geschnitten
- 100 g Küttiger-Rüebli, gewaschen, geschält und schräg in Scheiben geschnitten
- 100 g weisse Rüebli, gewaschen, geschält und schräg in Scheiben geschnitten
- ½ Zwiebel, fein geschnitten
- 1-2 EL Petersilie und Schnittlauch, gehackt

Rüebli auf eine gelochte Steamerschale geben. Mit Zwiebeln und Kräutern würzen.

Im Steamer bei 100 Grad ca. 20 - 25 Minuten dämpfen.

Geschnetzeltes Kalbfleisch

- 1-2 EL Bratbutter
- 500 g Kalbfleisch, geschnetzelt
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ½ dl Aceto Balsamico

Sauce

- 1 EL Butter
- 50 g Dörrtomaten, in Wasser eingeweicht, in Streifen geschnitten
- 1 kleine Zwiebel, geschält, geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, geschält, fein geschnitten
- 4 Blätter Salbei, geschnitten
- Balsamicojus
- 1 dl Marsala
- 1 dl Hühnerbouillon
- 1 ½ dl Rahm
- 1 EL Bratbutter
- 20 Blätter Salbei

Den Backofen auf 75 Grad vorheizen und eine feuerfeste Platte mitwärmen.

In einer Bratpfanne die Bratbutter erhitzen. Die Hälfte des Fleisch zugeben und kurz kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf die vorgewärmte Platte im Backofen geben und die zweite Portion Fleisch auf dieselbe Art anbraten. Den Bratenfond mit dem Balsamico ablöschen und auflösen. Auf die Hälfte reduzieren und dann in ein Schälchen geben, Balsamicojus bereitstellen.

Die Butter in die Pfanne geben. Dörrotomaten, Zwiebeln, Knoblauch und Salbei dämpfen. Mit Balsamicojus, Marsala und Hühnerbouillon ablöschen, aufkochen und auf 1 dl einkochen lassen. Rahm beifügen und die Sauce noch so lange weiter kochen, bis sie leicht bindet. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kurz vor dem Servieren die Bratbutter erhitzen und die Salbeiblätter ausfrittieren.

Garnitur

4 Kapuzinerblüten
4 Salbeisträusschen

Servieren

Das Fleisch kurz zur dem Servieren in die heisse Sauce geben, mischen und auf vorgewärmte Teller anrichten. Den Kartoffelgratin dazu stellen. Je ein Bohnen-«Wedele» und Rüeblli dazu anrichten. Die Rüeblli mit Schnittlauch und Petersilie bestreuen, mit Kapuzinerblüten und Salbeisträusschen ausgarnieren.