



Fleischvögel mit Kalbshackfleisch

Die Kalbsbrust ist mit reichlich Fett und Bindegewebe durchzogen, beides zusammen macht die Kalbsbrust beim Schmoren saftig und aromatisch. Das gilt auch für Hackfleisch von der Kalbsbrust. Üblicherweise wird Kalbshack vom Metzger aus mageren Fleischstücken durch den Wolf getrieben. Will man Hackfleisch vom Brustfleisch, muss man dies ausdrücklich verlangen. Ähnlich verhält es sich mit den Schnitzeln, sie sollten aus der Schulter geschnitten sein, Stücke vom Stotzen werden meistens trockener.

Die Füllung wird gut mit Salz, Pfeffer und Pul biber gewürzt. Pistazien, Peperoncino und ein kleiner Schuss Cognac verleihen ihr das gewisse Etwas. Dafür wird die Sauce einfach gehalten: Etwas Zwiebel und Rotwein und eine gute, nicht zu salzige Rindsbouillon geben den Geschmack, und natürlich die Fleischvögel, die in der Sauce geschmort werden.

Zutaten (2 Portionen)

2 grosse Schnitzel von der Rindsschulter
 (à ca. 120g, 1cm dick)
 Salz und Pfeffer

Füllung:

200g Kalbshackfleisch von der Brust
1/2 Ei
1El Paniermehl
1/2 Zwiebel ca. 20g
20 Pistazien geschält
3-4cm Peperoncino
2cl Brandy oder Cognac
1Tl Dijon-Senf
1/2Tl Pul biber (oder süsses Paprika)

1/2Tl Thymian
Salz und Pfeffer

Schmoren/Sauce

1/2 Zwiebel ca. 20g
1dl kräftiger Rotwein
2dl Rindsbouillon
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Zwiebel hacken, die Hälfte davon für die Sauce beiseite stellen. Pistazien grob hacken. Peperoncino entkernen, längs halbieren und zu feinen Streifchen schneiden. Ei aufschlagen und verquirlen (Nur die Hälfte davon verwenden). Zusammen mit dem Hackfleisch in eine Schüssel geben. Den Rest der Zutaten für die Füllung zugeben und von Hand gut verkneten bis das Fleisch kaum mehr an den Händen klebt. Mit Salz und Pfeffer reichlich würzen, Hackfleisch absorbiert recht viel Gewürz.

Schnitzel flachklopfen, dabei darauf achten, dass eine möglichst rechteckige Form entsteht. Die Schnitzel lassen sich auch mit einem Wallholz plätten. Beidseitig leicht salzen und pfeffern.

Hackfleisch zu Rollen formen und quer auf die Schnitzel legen. Schnitzel einrollen und mit Küchenschnur leicht einbinden.

Fleischvögel in Bratbutter ringsum anbraten. Aus der Pfanne nehmen und die Temperatur etwas reduzieren. Rest der gehackten Zwiebel andünsten bis leicht braun wird. Mit Rotwein ablöschen und etwa zur Hälfte einkochen lassen. Bouillon dazugießen und die Fleischvögel in die Sauce legen. 1 Stunde zugedeckt leicht köcheln lassen. Die Fleischvögel 2-3 mal wenden. Zum Schluss die Fleischvögel weitere 15 Minuten ohne Deckel köcheln lassen, damit die Sauce etwas eindickt. Eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken.







