



Kalbsragout vom Hohrücken mit Rahm und Champignons

Der Hohrücken ist ein ideales Stück zum Kurzbraten. Er ist gut durchzogen, so wird er nicht nur als Steak gebraten, sondern auch als Ragout zubereitet schön saftig. Damit das auch gelingt, werden die Fleischwürfel vorab kurz angebraten und am Schluss in der fertigen Sauce nochmals erhitzt. Die Champignons werden ebenfalls vorab kurz und kräftig angebraten, damit sie feine Röstaromen annehmen. Sie sollten grosszügig zugegeben werden, da sie beim Braten deutlich schrumpfen.

Der trockene Wermut Noilly Prat und Bouillon bilden nebst Zwiebel und Knoblauch das Fundament der Rahmsauce. Koriandersamen steuern einen aparten und gut passenden Geschmack bei. Korianderkraut schmeckt seifig, nicht jedermans Geschmack, bei den Körnern ist davon kaum etwas wahrzunehmen, neben leichter Schärfe bringen sie eher orangenähnliche Geschmacksnoten mit. Zurückhaltend dosiert harmonieren sie ausgezeichnet mit den Röstaromen von Fleisch und Champignons.

Zutaten (2 Portionen)

180g	Kalbshohrücken
180g	grosse Champignons
20g	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
5cl	Noilly Prat
1Tl	Zitronensaft
5cl	Bouillon
3/4Tl	Koriandersamen
5cl	Vollrahm
1El	Petersilie gehackt
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Koriandersamen in einem trockenen Pfännchen anrösten bis sie marronbraun sind und ein kräftiger Duft aufsteigt. Auskühlen lassen und im Mörser zerstoßen.

Champignons zu groben Stücken schneiden. Bratbutter bis zum Rauchpunkt erhitzen, Champignons anbraten bis sie schöne Röstspuren zeigen. Die Pilze dürfen nicht zu eng in der Bratpfanne liegen und müssen sorgfältig gewendet werden, damit sie keinen Saft ziehen. Aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen.

Hohrücken zu 2cm grossen Würfeln schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. In heisser Bratbutter kurz und kräftig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen.

Zwiebel und Knoblauch hacken und in der gleichen Pfanne 2-3 Minuten dünsten. Bouillon und Noilly Prat zugiessen, Koriander zugeben und die Sauce auf einen Drittel einkochen lassen. Rahm, Zitronensaft und Petersilie zugeben (etwas Petersilie zur Dekoration beiseite stellen). Sauce gut verrühren und 2-3 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ev. mit etwas in Wasser gelöstem Maizena abbinden.

Champignons und Fleischwürfel in die leicht köchelnde Sauce geben und 3 bis 4 Minuten ziehen lassen.

Ragout auf einem Nudelnest anrichten und mit Petersilie garnieren.







