

Chefkoch Ramon Waser empfiehlt: Geschmorte Kalbskopfbacken

(c) Ramon Waser

**mehr Kochtipps:
lifechannel.ch/kochtipp**

Zubereitung

- Kalbsbacken ca. 30 Minuten vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen und Raumtemperatur annehmen lassen
- Schalotten schälen und in Streifen schneiden. Karotte schälen, Lauch waschen und beides in Scheiben schneiden. Sellerie rüsten und grob würfeln.
- Ofen auf 140 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backgitter in die unterste Rille einschieben
- In einem Bräter etwas Olivenöl erhitzen. Kalbsbacken beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen, dann in Mehl wenden, dieses gut abschütteln und die Backen auf beiden Seiten ein paar Minuten kräftig anbraten. Aus dem Bräter nehmen und beiseite legen
- Die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren. Etwas Olivenöl in den Bräter geben und Schalotten, Karotte, Lauch und Sellerie darin ein paar Minuten anbraten

Zutaten

- 4 *Kalbskopfbacken*
- etwas *Olivenöl*
- 2 *Schalotten*
- 1 *Karotte*
- ½ *Stange Lauch*
- ½ *Knollensellerie*
- 1 EL *Tomatenpüree*
- 1,5 dl *Portwein rot*
- 2,5 dl *Kalbsfond*
- 7,5 dl *Rotwein*
- ½ Bd. *Petersilie glattblättrig*
- 2 g *Pfefferkörner schwarz*
- 3 g *Rosmarin*
- Salz und Pfeffer*
- Weissmehl*

- Tomatenpüree beifügen und kurz mitdünsten. Mit Portwein, Kalbsfond und Rotwein ablöschen. Petersilie und Pfefferkörner beifügen und alles aufkochen
- Die Kalbsbacken in den Sud legen. Sie müssen vollständig mit Flüssigkeit bedeckt sein. Andernfalls noch etwas Wein zugießen
- Bräter mit dem Deckel verschliessen und in den vorgewärmten Ofen stellen. Die Backen darin während 4 Stunden schmoren lassen
- Nach 4 Stunden Schmorzeit die Backen aus dem Ofen nehmen und vorsichtig aus der Sauce heben. Zudeckt beiseite stellen
- Die Sauce durch ein Sieb giessen, um das Gemüse zu entfernen. Dann die Sauce zurück in den Bräter geben, Rosmarinzweige beifügen und bei mittlerer Hitze auf einen Drittel einkochen lassen. Sauce erneut durch ein Sieb geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls nötig mit etwas in Wasser angerührtem Maizena binden
- Kalbsbacken wieder in die Sauce legen und nochmals gut heiss werden lassen