

Kalbfleischtopf

Für 4 Personen



Fleisch

600 g Kalbsragoût
(z.B. Schulter, Schulterspitz, Brust)

Das Fleisch in 1 cm dicke Würfel schneiden.

1 EL HOLL Rapsöl

Das Fleisch in einer Bratpfanne portionenweise im heissen Öl ca. 2 Min. anbraten, herausnehmen.

1 Zwiebel, fein gehackt

Die Hitze reduzieren, Zwiebel andünsten.

1½ dl Fleischbouillon
180 g Sauerrahm

Mit dem Bouillon ablöschen, den Sauerrahm beifügen. Während 20 Min. zugedeckt schmoren.

Teigwaren und Rüebli

700 g Karotten

Waschen, schälen, die grossen Rüebli längs halbieren oder vierteln und anschliessend in 1 cm breite Stücke schneiden.

In einer grossen Pfanne Wasser aufkochen. Salzen, Gemüse beifügen. Bei mittlerer Hitze während 8-10 Min. garen.

350 g Teigwaren (z.B. Fusilli)

Beifügen und das Ganze weitere 10-12 Min. garen (je nach Kochzeit der Teigwaren). Gemüse und Teigwaren abschütten. In die Pfanne zurückgeben und das Fleisch begeben.

1 KL Paprika
½ KL Salz
Etwas Pfeffer

Würzen und sofort servieren.

Variante:

Das Kalbfleisch durch Schweinefleisch ersetzen.