Rezept

Französisches Kalbsfrikassee

Ein Rezept von Französisches Kalbsfrikassee, am 09.06.2025

Zutaten

800 g	Kalbsschulter
2	Nelken
1 Stange	Lauch
	je 2-3 Zweige Thymian, Rosmarin, Oregano und Petersilie
1	1/2 EL Butter
1 Handvoll	Kerbel
1	Eigelb (Größe M)
	Pfeffer
1	Zwiebel
1 Stange	Staudensellerie
2	Möhren
2	Lorbeerblätter
	Salz
1	1/2 EL Mehl
125 g	Sahne
1 EL	Zitronensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal

Zubereitung

1. Von der Kalbsschulter nur größere Fettstücke und Sehnen abschneiden. Fleisch in 2 cm große Würfel schneiden.

2. Zwiebel schälen, Nelken hineinstecken. Sellerie und Lauch waschen und putzen, Möhren schälen, alles grob schneiden. Thymian, Rosmarin, Oregano und Petersilie waschen und mit Lorbeer, gespickter Zwiebel und Gemüse in einem großen Topf in 1 1/2 l Wasser bei starker Hitze aufkochen, salzen. Hitze schwach stellen, Fleisch in die Brühe geben, bei halb aufgelegtem Deckel etwa 1 Stunde sanft garen.

3. Von der Brühe 3/8 l abschöpfen. Butter in einem Topf zerlassen, Mehl einstreuen und bei mittlerer Hitze unter Rühren hellgelb werden lassen. Jetzt mit dem Schneebesen durchrühren, dabei nach und nach die Brühe zugießen. Sauce bei schwacher Hitze offen 10 Minuten köcheln lassen.

4. Kerbel waschen und trockenschütteln, Blättchen fein hacken. Sahne und Eigelb miteinander verquirlen. Fleischstücke aus dem Topf fischen.

5. Den Topf mit der Sauce kurz vom Herd ziehen, Eigelbsahne einrühren und den Topf wieder auf den Herd stellen. Sauce erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Fleisch und Kerbel untermischen. Dazu schmecken Nudeln oder Kartoffelpüree.