

## Rezept

# Geschmorte Kalbsbrust mit Safran und Oliven

Ein Rezept von Geschmorte Kalbsbrust mit Safran und Oliven, am 09.10.2024

## Zutaten

<b>1 kg</b> Kalbsbrust	Salz
Pfeffer	<b>1</b> Zwiebel
<b>4</b> Knoblauchzehen	<b>3 Zweige</b> frischer Thymian
<b>1</b> Zweig frischer Salbei	½ Bund Petersilie
<b>3 EL</b> Olivenöl	<b>1</b> Lorbeerblatt
<b>400 ml</b> Gemüsefond (aus dem Glas)	<b>600 g</b> reife Tomaten
<b>2</b> Döschen Safranfäden (je 0,1 g)	je 150 g grüne und schwarze Oliven
Küchengarn (bei Bedarf)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal

## Zubereitung

1. Die Kalbsbrust trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer einreiben, bei Bedarf binden. Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blätter von der Petersilie zupfen und in feuchtes Küchenpapier gewickelt ins Gemüsefach des Kühlschranks legen, die Stiele bereitlegen.
2. Einen Schmortopf erhitzen, das Olivenöl hineingeben und die Kalbsbrust darin bei mittlerer Hitze in 8-10 Min. von allen Seiten anbraten. Zwiebel und Knoblauch dazugeben und 2 Min. mitbraten. Die Kräuterzweige, die Petersilienstiele und das Lorbeerblatt dazugeben und mit der Hälfte des Gemüsefonds ablöschen. Zugedeckt 10 Min. schmoren lassen.
3. Inzwischen die Tomaten kreuzförmig einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen, kalt abschrecken und häuten. Die Tomaten quer halbieren, von Kernen befreien und in grobe Stücke schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Die Safranfäden in einer Tasse in 3 EL heißem Wasser auflösen. Tomaten und Safranlösung in den Schmortopf dazugeben und alles weitere 10 Min. zugedeckt schmoren lassen.
4. Den Backofen auf 150° vorheizen. Die Kalbsbrust wenden, die Oliven in den Schmortopf dazugeben und den übrigen Gemüsefond angießen. Zugedeckt im heißen Backofen (Mitte, Umluft 130°) in ca. 2 Std. fertig garen. Nach 1 Std. die Kalbsbrust noch einmal wenden.
5. Zum Servieren die Kräuterzweige entfernen, die Kalbsbrust quer zur Faser in Scheiben schneiden und mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern servieren. Die Petersilienblätter hacken und darüberstreuen. Dazu schmecken mit Olivenöl verfeinertes Kartoffelpüree oder knuspriges Baguette zum Auftunken der aromatischen Sauce und ein leichter Rotwein.