

Rezept

Heller Kalbsfond

Ein Rezept von Heller Kalbsfond, am 13.11.2024

Zutaten

1 kg fleischige Kalbsknochen (beim Metzger vorbestellen und in kleine Stücke schneiden bzw. hacken lassen)	1 Stück Knollensellerie (ca. 200 g)
2 große Champignons (ca. 50 g)	1 Möhre (ca. 100 g)
200 g Zwiebeln	1 Tomate (ca. 100 g)
3-4 Zweige Thymian	1 Knoblauchzehe
6-8 Petersilienstängel ohne Blätter	1 Stück Weißes vom Lauch (ca. 80 g)
1 TL schwarze Pfefferkörner	1 kleiner Stängel Salbei
1/2 TL Pimentkörner	2 Lorbeerblätter
Küchengarn	1/2 TL Wacholderbeeren
	Salz
	Passiertuch

Rezeptinfos

Portionsgröße Für ca. 1,6 l | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 365 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 220° (Umluft 200°) vorheizen. Die Knochen auf dem Backblech verteilen, in den Ofen schieben und in 30 Min. goldbraun rösten. Die Knochen dabei mehrmals wenden.
2. Inzwischen Sellerie und Möhre schälen und in grobe Stücke schneiden. Die Tomate waschen, vom Stielansatz befreien und vierteln. Champignons, falls nötig, mit einem trockenen Küchenpapier abwischen, trockene Stielansätze abschneiden und die Pilze halbieren. Den Knoblauch schälen und halbieren. Die Zwiebeln samt Schale halbieren.
3. Den Lauch putzen, längs halbieren und gründlich – auch zwischen den Blättern – waschen. Thymian und Salbei waschen und trocken schütteln.
4. Einige Lauchblätter nebeneinander legen, die Kräuterstängel und Lorbeerblätter darauflegen, mit Lauch abdecken und mit Küchengarn fest zusammenbinden.
5. Die Knochen aus dem Ofen nehmen, in einen hohen Topf (20 cm Ø;) geben, 2,5 l kaltes Wasser dazugießen, aufkochen und 20 Min. köcheln lassen.
6. Möhre, Sellerie, Zwiebeln, Knoblauch, Champignons und Tomate in die Brühe geben und alles offen 1 Std. köcheln lassen.

7. Jetzt die Gewürze und das Lauchbündel einlegen, 2-3 Prisen Salz dazugeben und alles noch offen 1 Std. weiterköcheln lassen.
-
8. Den klaren Kalbsfond durch ein feines Sieb (am besten mit einem feuchten Passiertuch ausgelegt) in einen Topf passieren, Knochen wegwerfen. Das Gemüse mit dem Schöpferrücken leicht durchdrücken. Kalbsfond weiterverarbeiten oder gleich heiß in ausgekochte und saubere Gläser füllen. Die Gläser verschließen, auskühlen lassen und kühl stellen. Man kann den Fond auch in gefriertauglichen Gefäßen einfrieren.