

Rezept

Kalbsgeschnetzeltes in Currysauce

Ein Rezept von Kalbsgeschnetzeltes in Currysauce, am 26.04.2024

Zutaten

500 g Kalbsgeschnetzeltes (z. B. aus der Oberschale, vom Metzger schneiden lassen)	Salz
	Pfeffer
1 Bund Frühlingszwiebeln	4 EL Öl
2 EL Currypulver	400 ml Kalbsfond (aus dem Glas; ersatzweise Hühnerbrühe)
150 g Crème fraîche	250 g 10-Minuten-Reis
2 Bananen	200 g Kirschtomaten
$\frac{1}{2}$ Bio-Limette	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 710 kcal

Zubereitung

1. Das Kalbsgeschnetzelte mit Salz und Pfeffer würzen. Frühlingszwiebeln waschen, putzen, das Weiße und Hellgrüne getrennt fein schneiden.
2. Inzwischen das Öl erhitzen, Fleisch darin portionsweise in 2-3 Min. scharf anbraten. Herausnehmen und warm halten. Das Weiße der Frühlingszwiebeln 2 Min. im Bratfett andünsten, mit Curry bestäuben und anschwitzen. Fond angießen und Crème fraîche einrühren, aufkochen und alles offen bei mittlerer Hitze 10 Min. einkochen lassen.
3. Inzwischen $\frac{1}{2}$ l Salzwasser aufkochen, den Reis darin 10 Min. kochen. Die Bananen schälen, schräg in Scheiben schneiden. Tomaten waschen und halbieren. Bananen, Tomaten und das Frühlingszwiebelgrün unter das Curry heben. Limette waschen, Schale abreiben und Saft auspressen. Curry mit Salz, Pfeffer, 2-3 TL Limettensaft und etwas Limettenschale abschmecken. Geschnetzeltes unterheben, einmal kurz aufkochen lassen. Reis abgießen und abtropfen lassen, zum Curry servieren.