

## Rezept

# Orientalisches Ossobuco

Ein Rezept von Orientalisches Ossobuco, am 11.11.2024

## Zutaten

<b>1</b> Döschen Safranfäden (0,1 g)	1/4 l trockener Weißwein oder Fleischbrühe
<b>1</b> Aubergine	<b>400 g</b> Tomaten
<b>4</b> Knoblauchzehen	<b>1</b> große Zwiebel
je 1 Bund Koriandergrün und Petersilie	<b>4</b> größere Scheiben Kalbshaxe (mit Knochen, je etwa 250 g)
Salz	Pfeffer
<b>4 EL</b> Olivenöl	<b>1 EL</b> edelsüßes Paprikapulver
je 2 TL gemahlener Kreuzkümmel und Koriander	<b>1 TL</b> Ras-el-hanout (marokkanische Gewürzmischung, Asia-Laden)
1/2 Bio-Zitrone	<b>2</b> Frühlingszwiebeln

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 415 kcal

## Zubereitung

1. Safran zerkrümeln, in den Wein oder die Brühe rühren. Die Aubergine waschen, putzen, klein würfeln. Aus den Tomaten die Stielansätze herausschneiden. Die Tomaten in eine Schüssel legen, mit kochend heißem Wasser begießen und kurz ziehen lassen. Abschrecken, häuten und klein würfeln. Knoblauch und Zwiebel schälen, fein würfeln. Kräuter abbrausen und trockenschütteln. Blätter von den Stängeln zupfen, 1 EL davon (gemischt) zugedeckt wegstellen, Rest fein hacken.
2. Fleischscheiben mit einem feuchten Tuch abwischen und alle Knochensplitter entfernen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Das Öl in einem Schmortopf erhitzen, die Kalbfleischscheiben darin von beiden Seiten bei starker Hitze anbraten und wieder herausnehmen. Auberginenwürfel im Bratfett anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Kräuter dazugeben, Tomaten und Wein oder Brühe unterrühren. Sauce mit Paprika, Kreuzkümmel, Koriander und Ras-el-hanout würzen und leicht salzen. Kalbsscheiben wieder einlegen, Deckel auflegen. Die Hitze klein stellen und das Fleisch etwa 1 1/2 Stunden schmoren.
4. Zitrone heiß waschen, Schale dünn abschneiden. Frühlingszwiebeln waschen und putzen. Zitronenschale, Zwiebeln und die beiseitegelegten Kräuter zusammen fein hacken. Vor dem Servieren auf die Kalbfleischscheiben streuen. Schmeckt mit Reis oder Fladenbrot.