Rezept

Zickleinkeule mit Majorankartoffeln und Ratatouille

Ein Rezept von Zickleinkeule mit Majorankartoffeln und Ratatouille, am 12.10.2024

Zutaten

- **1** Zickleinkeule (mit Knochen, ca. 1,2 kg; beim Metzger vorbestellen)
- ½ Bund frischer Thymian
- **2 TL** mittelscharfer Senf
- **600 ml** Kalbsfond
- **1 Bund** frischer Majoran (ersatzweise 1 EL getrockneter)
- **1** rote Zwiebel
- je 2 rote und gelbe Paprikaschoten
- **2** große Fleischtomaten
- **4 EL** Olivenöl
- Pfeffer
- Salz
- Pfeffer
- **2** Knoblauchzehen
- **3 EL** Olivenöl
- **600 g** kleine fest kochende Kartoffeln
- **1** Aubergine (ca. 300 g)
- Salz
- **2** Knoblauchzehen
- **3** kleine Zucchini (ca. 400 g)
- ½ Bund frischer Thymian
- **1** Lorbeerblatt

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 890 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Zickleinkeule kalt abwaschen und trocken tupfen, rundherum salzen und pfeffern. Den Thymian waschen und trocken schütteln, die Blättchen abstreifen. Den Knoblauch schälen und durchpressen. Knoblauch und Thymian mit dem Senf verrühren und die Keule damit einreiben.

2. Einen Bräter erhitzen, das Öl hineingeben und die Zickleinkeule darin bei mittlerer Hitze in 8-10 Min. rundherum anbraten. Die Hälfte des Kalbsfonds angießen und die Keule (Knochenseite nach oben) im heißen Ofen (unteres Drittel, Umluft 160°) 30 Min. zugedeckt garen. Dann wenden und offen ca. 1 Std. weitergaren, dabei nach und nach den übrigen Kalbsfond angießen und die Keule regelmäßig mit dem Bratfond begießen.

3. Inzwischen die Kartoffeln waschen, in einem Topf mit Wasser bedecken und in ca. 15 Min. weich kochen. Abgießen, ausdampfen lassen und pellen. Den Majoran waschen, trocken schütteln, die Blätter grob hacken.

4. Für die Ratatouille die Aubergine waschen, 1 cm groß würfeln, in einem Sieb mit Salz bestreuen und 10 Min. Wasser ziehen lassen. Die Zwiebel schälen, längs halbieren und in Spalten schneiden. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Die Paprikaschoten putzen, waschen und in Stücke schneiden. Die Zucchini waschen und ohne Stielansätze in Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und ohne Stielansätze 1 cm groß würfeln. Den Thymian waschen und trocken schütteln.

5. Die Auberginenwürfel kalt abbrausen und sorgfältig trocken tupfen. In einer Pfanne in 2 EL Öl goldbraun braten, auf Küchenpapier abfetten. Einen Schmortopf erhitzen, im übrigen Öl Zwiebel und Knoblauch 1 Min. anbraten. Paprika und Zucchini dazugeben und 3 Min. mitbraten. Auberginen, Tomaten, Thymian und das Lorbeerblatt dazugeben. Zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Min. schmoren lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

---

6. In den letzten 10 Min. der Fleisch-Garzeit die Kartoffeln um die Zickleinkeule verteilen, salzen und den Majoran darüberstreuen. Dann die Keule herausheben und 5 Min. zugedeckt ruhen lassen. Das Fleisch vom Knochen schneiden und mit den Majorankartoffeln und der Ratatouille auf vorgewärmten Tellern servieren.