Rezept

Zucchini-Kalbsragout

Ein Rezept von Zucchini-Kalbsragout, am 14.11.2026

Zutaten

800 g	dünne Kalbsschnitzel
4	Knoblauchzehen
200 ml	Rinderbrühe (Instant)
	Salz
500 g	Zucchini
8	grüne Oliven ohne Stein
10	getrocknete Tomaten in Öl
4 EL	Olivenöl
2 EL	Aceto balsamico
	Pfeffer
	2-3 große Zweige frischer Oregano

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal

Zubereitung

1. Die Kalbsschnitzel trockentupfen und in ca. 2 x 2 cm große Stücke schneiden. Die Tomaten in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken.

2. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen, den Knoblauch darin glasig dünsten. Das Fleisch portionsweise dazugeben und bei starker Hitze in 2-3 Min. scharf anbraten. Die Tomaten unterrühren. Mit der Brühe und dem Essig ablöschen, salzen, pfeffern und zugedeckt ca. 10 Min. köcheln lassen, ab und zu umrühren.

3. Inzwischen die Zucchini waschen, putzen, längs halbieren und quer in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Zucchini zum Fleisch geben und alles zugedeckt weitere 10 Min. bei mittlerer Hitze schmoren.

4. Den Oregano waschen, die Blättchen abzupfen und grob hacken. Die Oliven ebenfalls grob hacken. Beides unter das Ragout mischen, weitere 5 Min. köcheln lassen. Noch einmal abschmecken. Dazu passen Nudeln.