



Hünenbergstr. 157
46147 Oberhausen
Tel.: 0208 / 82388-0
Fax: 0208 / 82388-24
mail@grefigmbh.de
www.grefi-nuesse.de

Fleisch - Genuss

Kalbsgulasch mit Steinpilz- Polenta

Zubereitungszeit 1 Stunde

Plus Garzeit 1:10 Stunden

Zutaten:

Für 4-6 Portionen

1, 3 kg magere Kalbsschulter

350 gr. Zwiebeln

2 rote Pfefferschoten

2 EL Schweineschmalz

1 ½ EL Zucker

2 EL **Balsam Bianco**

1 l Kalbsfond (Glas)

70 gr. edelsüßes Paprikapulver

2 Lorbeerblätter

3-4 Stiele Liebstöckel

Salz, Pfeffer

1 ½ EL Speisestärke

fein abgeriebene Schale von ½ Biozitrone

3 EL Saure Sahne

Steinpilz- Polenta

15 gr. getrocknete Steinpilze

1 Zwiebel

40 gr. Butter

750 ml. Milch

250 ml Kalbsfond

180 gr. Polenta (Maisgrieß)

Zubereitung:

1. Für das Gulasch das Fleisch in 2,5 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln fein würfeln.

Schmalz in einem Topf erhitzen. Zwiebeln zugeben, mit Zucker bestreuen und goldgelb unter Rühren andünsten. Mit Essig ablöschen und mit Kalbsfond auffüllen. Pfefferschoten, Paprikapulver und Lorbeer zugeben und gut verrühren.

Fleisch und Liebstöckel hineingeben, aufkochen und bei milder bis mittlerer Hitze 1 Stunde im halb geschlossenen Topf kochen. Dabei öfter umrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Nach Ende der Garzeit Lorbeer und Liebstöckel entfernen.

2. Speisestärke mit etwas kaltem Wasser gut verrühren, das Gulasch damit binden und weitere 5 Minuten kochen. Zitronenschale und saure Sahne unter das Gulasch rühren.

3. Für die Polenta die Steinpilze mit heißem Wasser bedeckt 20 Minuten quellen lassen, dann gut ausdrücken und fein hacken. Zwiebel fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Steinpilze darin glasig dünsten. Mit Milch und Kalbsfond auffüllen und aufkochen.

Polenta mit einem Schneebesen einrühren und bei Milder Hitze unter Rühren 8-10 Minuten quellen lassen.

4. Das Kalbsgulasch erwärmen und mit der Polenta servieren.

Rinderfilet mit Trauben-

Cranberry- Vinaigrette

Zubereitungszeit 1 Stunde

Zutaten:

Für 4 Portionen

80 gr. Staudensellerie

1 Schalotte, Salz

½ rote Chilischote

100 gr. kernlose helle Weintrauben

100 gr. kernlose dunkle Weintrauben

20 gr. Zucker

1 Lorbeerblatt

60 gr. getr. Cranberries

1 EL Cranberry Balsamico Crema

3 EL Weintrauben Vanille Aperitif

2 EL Traubenkernöl

3EL Walnussöl

40 gr. Walnuskerne

4 Rindermedaillons (á 150 gr.)

4 Scheiben durchwachsener Speck

(á 10gr)

Pfeffer

1 EL Öl

1 Zweig Rosmarin

1 TL Grefi´s Zitrone auf Olivenöl

3 EL Grefi´s Olivenöl aus Sitia

Zubereitung:

1. Staudensellerie putzen, entfädeln und in feine Streifen schneiden. Selleriegrün in kaltes Wasser legen. Schalotte in feine Ringe schneiden. Beides in kochendem Salzwasser 1 Minute blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen. Chilischote putzen und fein schneiden. Helle und dunkle Weintrauben putzen, waschen, abtropfen lassen und halbieren.

2. Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren. Chili, Lorbeer und die Hälfte der Cranberries zugeben. Mit Weintrauben Vanille Aperitif und 50 ml Wasser ablöschen und einkochen lassen, bis sich der Zucker gelöst hat. Alles durch ein Sieb streichen, die Flüssigkeit auffangen. Restliche Cranberrys, Schalotten und Sellerie in die warme Flüssigkeit geben. Mit Oliven, Traubenkern und Walnussöl, Salz und Pfeffer verrühren. Trauben und Walnuskerne zugeben. Beiseitestellen.

3. Rindermedaillons mit den Speckscheiben umwickeln und mit Küchengarn zusammenbinden. Medaillons mit Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Medaillons auf einer Seite salzen und mit

dem Rosmarin in der Pfanne anbraten.

Medaillons auf der anderen Seite salzen, wenden und kurz anbraten. Dann im vorgeheizten Ofen bei 160 Grad (Gas 1-2, Umluft 150 Grad) auf der untersten Schiene 10 Minuten garen.

4. Medaillons aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten in Alufolie gewickelt ruhen lassen, grob schneiden und mit der Traubenvinaigrette mischen. Küchengarn entfernen und die Medaillons mit der Vinaigrette auf Tellern anrichten. Dazu passt Kartoffelgratin.