

## Kalbsrouladen mit Bergkräuterbrät

### **ZUTATEN:**

3 Kalbsschnitzel

¼ l Kalbsfond

3 EL Kalbsbrät

1 EL Bergkräuter (z.B. Brennessel, Holderblüten, Liebstöckl, Thymian, Dost...)

2 Karotten

1 Zwiebel

1 EL Tomatenmark

Mehl zum Stauben

Butterschmalz

Salz und Pfeffer

So wird's gemacht:

- Fleisch klopfen leicht würzen
- Brät mit Salz und Kräuter gut verrühren
- Brät auf das Schnitzel streichen, Karottenstreifen drauflegen und einrollen
- zum Binden der Rouladen wird ein Küchenspagat(hitzebeständig, geschmacksneutral)verwendet
- die Rouladen mit dem Spagat rundherum binden und die Schnur zuletzt über der Längsachse verknoten, sodass sie seitlich gut geschlossen sind
- Fett erhitzen und die Rouladen rundherum kräftig anbraten
- Rouladen aus der Pfanne nehmen und das überschüssige Fett abgießen
- Fleisch warm halten, austretender Fleischsaft auffangen, zum Schluss dazu geben
- den Bratrückstand mit würfelig geschnittenen Zwiebeln anschwitzen, mit Tomatenmark kurz anbraten und mit Mehl stauben, mit dem Kalbsfond ablöschen.
- die Rouladen zugedeckt etwa 30 Minuten weichdünsten
- keinesfalls das Fleisch kochen, wird ansonsten zäh
- bei Bedarf etwas Kalbsfond nachgießen und abschmecken

### **Beilagenempfehlung:**

Petersilienkartoffeln und frischer Blaukraut- Apfelsalat mit Walnüssen (siehe 2.Blatt)

GUTEN APPETIT !!!

## **Blaukrautapfelsalat mit Walnüssen**

1 kleiner Kopf Blaukraut  
2 säuerliche Äpfel  
Handvoll Walnüsse  
Salz, Pfeffer  
3 EL Essig  
3 EL Öl  
1 TL Senf  
Bergkräuter  
Wasser

Blaukraut hobeln, mit Salz würzen, durchkneten und 15 Minuten stehen lassen.

Äpfel entkernen, hobeln und dazugeben.

### **Dressing herstellen:**

Essig, Öl, Senf, Kräuter, Salz, Pfeffer in eine Schüssel geben, mit dem Stabmixer verrühren, nach Geschmack Wasser dazugeben.

Alles miteinander vermischen und mit Walnüssen vollenden.