

MENÜPLAN

smart convenience food

Kalbszunge mit Schnittlauchrahmsauce



120 Minuten



4 Personen

Sie benötigen dazu:

- 1 Kalbszunge, ungesalzen
- 800 ml Wasser oder heller Kalbsfond
- 120 g Gemüsebündel (Lauch, Möhren und Sellerie)
- 1 Gewürzsäckchen (Lorbeer, Pfefferkörner schwarz, Wacholderbeeren)
- 80 ml Weißwein
- 15 g Butter
- 15 g Weißmehl
- 150 ml Sahne, 32 % Fett
- Meersalz

Schnittlauchpüree

- 15 g Schnittlauch, frisch
- 40 g Mascarpone

Garnitur

- 2 g Schnittlauch, frisch

Vorbereitung:

Die Kalbszunge im kochenden Wasser blanchieren dann abschütten anschließend zuerst heiß dann kalt abspülen. Schnittlauch fein schneiden und mit Mascarpone im Cutter zu einem Püree verarbeiten. Schnittlauch für die Garnitur fein schneiden.

Zubereitung:

Kalbszunge

Das Wasser oder den Kalbsfond aufkochen. Die Zunge, Gemüsebündel, das Gewürzsäcklein und den Weißwein begeben. Knapp am Siedepunkt unter gelegentlichem Abschäumen und Abfetten ca. 100 Minuten weichsieden. (Garprobe in der Zungenspitze: lässt sich diese leicht durchstechen ist die Zunge gar). Kalbszunge schälen und parieren und in einem Teil der Garflüssigkeit warmstellen.

Schnittlauchrahmsauce

Alternativ: 400 g Velouté von MENÜPLAN (8 Minuten Zeitersparnis)

Butter schmelzen, das Mehl begeben, leicht dünsten und erkalten lassen. Den Kalbsfond auf 50 % einkochen, anschließend zur Mehlschwitze geben und bei kleiner Hitze 30 Minuten zur gewünschten Konsistenz einkochen. Sahne begeben und mit dem Schnittlauchpüree verfeinern und abschmecken.

Anrichten:

Kalbszunge längs tranchieren, mit der Sauce nappieren und mit Schnittlauch bestreuen.

Serviervorschlag:

Salzkartoffeln und Rote Bete-Salat

Mehr Produkte & Informationen auf www.mein-menueplan.de