



KALBSROLLBRATEN

45 MIN.
AKTIV

2 STD. 30 MIN.
GESAMT

584 KCAL
PRO PERSON

① ohne Gluten | Fett: 40 g, Kohlenhydrate: 9 g, Eiweiss: 44 g pro Person

DAS BRAUCHTS FÜR 6 PERSONEN

Morcheln einweichen

20 g getrocknete Morcheln

Omelette

4 frische Eier
2 EL glattblättrige Petersilie, fein geschnitten
1 EL Thymian, fein geschnitten
¼ TL Salz
wenig Butter

Rollbraten

1 ¼ kg Kalbsbrust, dünner Teil, vom Metzger zu einem Rechteck aufgeschnitten
½ TL Salz
wenig Pfeffer
100 g Mortadella in Tranchen, in Tranchen
1 Zweiglein Rosmarin
1 Zweiglein Thymian
8 Stück Küchenschnur, je ca. 30 cm lang

Anbraten

wenig Bratbutter
3 dl Weisswein
2 EL flüssiger Honig

Braten im Ofen

2 TL braunes Maizena express
1 Prise Salz

UND SO WIRDS GEMACHT

Morcheln einweichen

Morcheln ca. 10 Min. in Wasser einweichen, herausnehmen, gut waschen, abtropfen, fein hacken. Einweichwasser durch ein Kaffeefilterpapier giessen, ca. 2 dl auffangen, beiseite stellen.

Omelette

Eier verklopfen, Petersilie, Thymian, Salz mit den Morcheln darunterühren. Butter in einer beschichteten Bratpfanne erwärmen, Eimasse in die Pfanne giessen, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 10 Min. stocken lassen, Omelette herausnehmen, auskühlen.

Rollbraten

Fleisch würzen, Mortadella und Omelette auf dem Fleisch verteilen. Fleisch satt aufrollen, Kräuter darauflegen. Schnurstücke unter das Fleisch legen, Enden über dem Fleisch verknüpfen.

Anbraten

Bratbutter in einer Bratpfanne erhitzen. Fleisch bei mittlerer Hitze rundum ca. 8 Min. anbraten, in einen Bräter legen. Weisswein, beiseite gestelltes Morchel-Einweichwasser und Honig in die Bratpfanne giessen, aufkochen, zum Fleisch giessen.

Braten im Ofen

Ca. 1 ¾ Std. in der unteren Hälfte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens braten. Fleisch von Zeit zu Zeit mit der Bratflüssigkeit übergiessen. Fleisch herausnehmen, zugedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen. Bratflüssigkeit durch ein Sieb in eine Pfanne giessen, aufkochen, Maizena einrühren, ca. 3 Min. köcheln. Fleisch tranchieren, mit der Sauce anrichten.