

# Geschmorte Kalbsbeinscheibe mit Petersilienwurzel-Gemüse & Polenta-Croûtons

---

 [happy-mahlzeit.com/2019/12/12/geschmorte-kalbsbeinscheibe-mit-petersilienwurzel-gemüse-polenta-](https://happy-mahlzeit.com/2019/12/12/geschmorte-kalbsbeinscheibe-mit-petersilienwurzel-gemüse-polenta-)

Zutaten für 4 Personen

- 1 Bund Suppengemüse
- 3 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 4 Kalbsbeinscheiben
- Salz
- Pfeffer
- 500ml Kalbsfond
- 1/2 Bund Thymian
- 1/2 Bund Rosmarin
- 1 Lorbeerblatt
- 2 EL Butterschmalz
- 2 EL Tomatenmark
- 500 ml Rotwein
- 300 ml Gemüsefond
- 100 g Polenta-Grieß, Instant
- 700 g Petersilienwurzeln
- 30 g Butter
- 200 ml Gemüsefond
- 1 Bund Petersilie
- 4 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Stiele Thymian

## Zubereitung:

Das Wurzelgemüse, die Schalotten und den Knoblauch putzen, schälen, ggf. waschen und in grobe Würfel schneiden. Die Kalbsbeinscheiben mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Backofen auf 160°C vorheizen.

Butterschmalz in einem großen Bräter erhitzen. Das Fleisch von beiden Seiten darin anbraten, herausnehmen und beiseite stellen. Gemüse, Schalotten und Knoblauch zugeben und anrösten. Das Tomatenmark mit 3 EL Rotwein anrühren und zum Gemüse geben. Unter Rühren anbraten, bis es dunkel wird. Mit der Hälfte des Rotweins ablöschen und einkochen lassen. Den restlichen Rotwein angießen und einkochen lassen. Den Kalbsfond zugeben und die Kalbsbeinscheiben hineinlegen. Kräuter in den Sud legen und bei geschlossenem Deckel im Backofen 2 - 2 1/2 Stunden garen.

Die Gemüsebrühe aufkochen, den Polenta-Grieß einstreuen und unter Rühren aufkochen. Mit Salz würzen und bei geringer Hitze 5 Minuten kochen lassen. Polenta auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und 1cm dünn ausstreichen, beiseite stellen und auskühlen lassen.

Die Petersilienwurzeln waschen, schälen, in Scheiben schneiden und in erhitzter Butter anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüsefond und Sahne angießen und bei mittlerer Hitze bissfest kochen. Die Petersilie abbrausen, trockentupfen, fein hacken und unter das Gemüse mischen.

Den Knoblauch schälen, den Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Beides kleinhacken.

Die Polenta in 1 - 2cm große Würfel schneiden und im heißen Olivenöl knusprig ausbraten. Knoblauch und Thymian kurz vor Ende zugeben und mit braten lassen. Die Polentawürfel auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Die Kalbsbeinscheiben aus der Sauce nehmen und abgedeckt beiseite stellen. Die Sauce in einen Topf passieren und nochmals aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt die kalten Butterwürfel einrühren und die Sauce damit binden.

Zum Anrichten die Beinscheiben auf Tellern verteilen, mit der Sauce beträufeln und das Petersilienwurzel-Gemüse danebenlegen. Zuletzt mit den Polenta-Croûtons bestreuen.

Rezept: Johann Lafer

Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! vom 30.1.2016

Prominenter Gast: Vanessa Mai