

Kalbs-Carpaccio mit Wildkräuter-Salat

 happy-mahlzeit.com/2020/01/02/kalbs-carpaccio-mit-wildkraeuter-salat/

Zutaten für 4 Personen

Für das Carpaccio:

- 600g Kalbsrücken ohne Knochen
- Salz
- Pfeffer

Für die Marinade:

- 4 EL Hühnerbrühe
- 1 - 2 EL Weißwein-Essig
- 1 - 2 EL Walnuss-oder Olivenöl
- 1 EL Kapern
- 1 EL Rosinen
- 50g getrocknete Aprikosen
- 1/2 Knoblauchzehe
- Zucker
- Salz
- Pfeffer

Für den Salat:

- 100g Blattsalate, z.B. Lollo bianco, Lollo rosso
- 75g Gartenkresse
- 75g Rucola
- Wiesenkräuter und essbare Blüten zum Garnieren, z.B. Gundelrebe, Gänseblümchen, Ringelblumen, Malven, Salbei, Borretsch, Rotkleeblüten
- 1 EL Essig
- 2 EL Öl
- 1 EL Zucker
- 80g Walnusskerne

Zubereitung:

Am Vortag einen Römertopf 10 Minuten wässern und den Backofen auf 75 - 80°C vorheizen.

Den Kalbsrücken von Fett und Häuten befreien, mit Salz und Pfeffer würzen und im geschlossenen Römertopf im Backofen auf mittlerer Schiene 4 Stunden garen, herausnehmen, abkühlen lassen und kühl stellen.

Wenn kein Römertopf vorhanden ist, den Kalbsrücken in einer Pfanne mit 2 EL Öl

rundum anbraten. Dann das Fleisch im 100°C vorgeheizten Backofen auf ein Ofengitter auf mittlerer Schiene legen und 50 - 60 Minuten rosa garen. Unter das Gitter ein Abtropfblech schieben.

Am nächsten Tag die Rosinen in etwa der doppelten Menge Wasser einweichen. Die Aprikosen in kleine Streifen schneiden und dazugeben. Die Brühe mit je 1 EL Essig und Öl verrühren. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Kapern, Rosinen und Aprikosen dazugeben, kräftig abschmecken und 30 Minuten ziehen lassen.

Das Fleisch auf der Aufschnittmaschine oder mit einem scharfen Messer sehr dünn aufschneiden und die Scheiben auf Teller legen. Löffelweise mit der Marinade beträufeln, mit Salz würzen und mit Pfeffer grob darübermahlen.

Für den Salat die Blattsalate waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Die Kresse waschen und trockentupfen. Den Rucola verlesen, waschen, grobe Stiele entfernen.

Den Salat mit Essig und Öl marinieren und mittig auf dem Carpaccio anrichten. Mit Wiesenkräutern und Blüten dekorieren.

Die Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten, Zucker darüberstreuen, die Nüsse unter Rühren karamellisieren und anschließend über den Salat streuen.

Rezept: Maria Gührer

Quelle: Lecker aufs Land vom 2.9.2011