

KALBSHOHRÜCKEN À L'ORANGE

Vor- und zubereiten: ca. 15 Min.

Marinieren: ca. 12 Std.

Braten: ca. 40 Min.

KALBSHOHRÜCKEN

2	Esslöffel Olivenöl
1	unbehandelte Orange, wenig abgeriebene Schale und 2 Esslöffel Saft
2	Esslöffel Orangenlikör (z. B. Grand Marnier)
1	Esslöffel Rosmarin, fein gehackt
800 g	Kalbshohrücken am Stück
1	Teelöffel Salz
wenig	Pfeffer aus der Mühle Öl zum Braten
750 g	farbige Rüebli, in ca. 5 cm langen Stängeln
2	unbehandelte Orangen, quer halbiert
½	Teelöffel Fleur de Sel
wenig	Pfeffer aus der Mühle

1 Öl, Orangenschale, -saft, -likör und Rosmarin gut verrühren, Fleisch mit der Hälfte der Marinade bestreichen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 12 Std. marinieren. Restliche Marinade zugedeckt kühl stellen.

2 Fleisch ca. 2 Std. vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen.

BRATEN Backblech in die Mitte des Ofens schieben, Ofen auf 170 Grad vorheizen. Marinade vom Fleisch abstreifen, würzen. Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstecken. Wenig Öl auf das heisse Blech geben, Fleisch, Rüebli und Orangen darauf verteilen, ca. 40 Min. braten. Das Fleisch zwischendurch mit der restlichen Marinade bestreichen; die Kerntemperatur soll ca. 60 Grad betragen. Braten herausnehmen, Thermometer herausziehen. Rüebli und Orangen würzen.

SERVIEREN Kalbshohrücken quer zur Faser in dünne Tranchen schneiden, auf vorgewärmte Teller anrichten. Rüebli und Orangen daneben anrichten, Bratenjus dazu servieren.

DAZU PASST Rosmarin-Kartoffelstock.



ROSMARIN-KARTOFFELSTOCK

Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.

1 kg	mehlig kochende Kartoffeln, in Würfeln Salzwasser, siedend
1	Zweiglein Rosmarin
1½ dl	Milch
25 g	Butter
1	Knoblauchzehe, gequetscht
2	Teelöffel Rosmarin, fein gehackt Salz, Pfeffer, nach Bedarf

1 Kartoffelwürfel offen im Salzwasser mit Rosmarin ca. 20 Min. weich kochen (siehe Tipp). Wasser abgiessen, Restfeuchtigkeit der Kartoffeln unter Hin-und-her-Bewegen der Pfanne auf der ausgeschalteten Platte verdampfen lassen, bis die Kartoffeln weisslich und trocken sind. Kartoffeln durch ein Passe-vite direkt in die Pfanne treiben.

2 Milch mit Butter, Knoblauch und Rosmarin heiss werden lassen, unter Rühren nach und nach begeben, bis der Stock die gewünschte Konsistenz hat und luftig ist, würzen.

DAMPFGAR-TIPP **Miele**

Kartoffelwürfel und Rosmarin in einer gelochten Steamerschale 10 Min. bei 120 Grad im Steamer weich garen. Kartoffeln salzen, in die heisse Rosmarin-Milch passieren. Weitere Infos und Tipps unter www.miele.ch

SCHNELLER Mit KNORR Stocki.