AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	30 Min.	ganzjährig	Europa

KALBSKOTELETT AM STÜCK



Rezept und Foto: compactcook

KURZ VORGESTELLT

Kalbfleisch ist teuer, besonders in der Schweiz. Darum ist es doch ein Jammer, das feine Fleisch zu schnetzeln! Ein Fleischthermometer hilft uns, das Stück richtig zu braten.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

1'000 g	Kalbskotelett	2 Zw	Rosmarin
4 EL	Bratöl	1 TL	Salz
			Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Nimm das Fleisch rechtzeitig aus dem Kühlschrank.
2. Das Fleisch vor dem Braten rundum leicht salzen.
3. Das Bratöl in der Pfanne erhitzen. (Raps-, Sonnenblumen- oder Olivenöl. Oder eine Mischung aus Butter und Olivenöl.)
4. Backofen auf 120° C erhitzen.
5. Kalbskotelett rund knusprig braten. Einen Zweig Rosmarin unter das Fleisch legen. Das Fleisch regelmässig mit dem Öl übergiessen.
6. Die Spitze des Thermometers in die Mitte des Fleisches stechen, sodass es den Knochen nicht berührt.
7. Das Fleisch in den Ofen stellen bis es 58° C erreicht hat. (Je nach Vorliebe maximal zwei, drei Grad mehr.)
8. Das Kotelett entlang den Knochen in Portionen schneiden und auf gewärmten Tellern servieren. Ein feines Salz und eine Pfeffermühle auf den Tisch stellen.