

EDEKA
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

KALBSRÜCKEN IN DER SALZKRUSTE

an jungen Möhren und Kartoffelragout mit Liebstöckel



Dirk Luther

Kalbsrücken in der Salzkruste

an jungen Möhren und Kartoffelragout mit Liebstöckel

ZUTATEN

KALBSRÜCKEN

1 kg Kalbsrücken mit Deckel
Salz und frisch gemahlener Pfeffer
Olivenöl
je 4 Zweige Rosmarin und Thymian
14 dünne Scheiben fetten Speck

SALZKRUSTE

2,5 kg graues Meersalz
3 Eiweiße
3 EL schwarzer Pfeffer

KAROTTEN

1 Bund Karotten mit Grün
80 g Butter
Zucker
Salz
2 Knoblauchzehen in der Schale
2 Rosmarinzweige
1 Lorbeerblatt
Wasser

KARTOFFELRAGOUT

40 g Butter
2 EL Schalotten, fein gewürfelt
400 g Kartoffeln, in ca. 2 cm große
Würfel geschnitten und blanchiert
1 l Rinderbrühe
Salz und Pfeffer aus der Mühle
geriebene Muskatnuss
1 EL Liebstöckel, fein geschnitten
1 Lorbeerblatt



★ PROFITIPP

Graues Meersalz ist ein echtes Naturprodukt! Seine graue Farbe verdankt es dem Tonboden des Salzbeckens. Alternativ können Sie auch Steinsalze oder grobes Meersalz verwenden.



KALBSRÜCKEN Den Backofen auf 165 °C vorheizen. Den Kalbsrücken trocken tupfen, leicht salzen und pfeffern. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten, anschließend mit Küchenpapier trocken tupfen und auskühlen lassen. Den Kalbsrücken mit Rosmarinnadeln und Thymianblättern belegen und mit den fetten Speckscheiben komplett einschlagen, sodass kein Stück Kalbfleisch mehr zu sehen ist.

Das Meersalz in eine Schüssel geben. Die Eiweiße mithilfe eines Schneebesen leicht anschlagen und mit den Pfefferkörnern zum Salz geben. Alles mit den Händen gut vermischen.

Ein mit Alufolie ausgelegtes Backblech in Größe des Kalbsrückens mit der Salzmischung bestreuen. Den mit fettem Speck umlegten Kalbsrücken darauflegen und mit einer dünnen Salzschrift bedecken. Das Backblech in den Ofen schieben und ca. 65–80 Minuten garen. Der Kalbsrücken sollte eine Kerntemperatur von 54 °C haben.

KAROTTEN Das Karottengrün zwei Drittel kürzen. Karotten schälen, das Braune am Stielansatz mit einem Messer vorsichtig dünn abschaben. Reichlich Butter in einem Topf zum Schäumen bringen, Karotten hinzufügen und mit Salz und Zucker würzen. Knoblauchzehen, Rosmarinzweige und das Lorbeerblatt dazugeben, mit Wasser ablöschen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 10 Minuten garen.

KARTOFFELRAGOUT Die Schalottenwürfel in Butter anschwitzen, blanchierte Kartoffelwürfel dazugeben und mit der Rinderbrühe knapp bedecken. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken. Ein Lorbeerblatt dazugeben und bissfest garen. Auf die angerichteten Kartoffeln Liebstöckel streuen.

ANRICHTEN Die Karotten mit dem Kartoffelragout auf vier vorgewärmten Tellern anrichten.

Den Kalbsrücken von der Salzschrift und dem fetten Speck befreien. Kalbsrücken in gleichmäßige Scheiben schneiden und zu den Beilagen legen.

Kartoffeln

