

POLETTTO

Die echte italienische Küche – in unserer Serie zeigt Sterneköchin Cornelia Poletto, wie die leckersten Rezepte aus Bella Italia garantiert gelingen. Zum Sammeln und Genießen!



FOLGE **60** Ossobuco

mit Gremolata und zweierlei Bohnen (Kalbshaxe)





Cornelia Poletto ritzt die Beinscheiben an den Seiten ein



Das Gemüse wird in gleichmäßige Würfel geschnitten

Ossobuco

mit Gremolata und zweierlei Bohnen

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zubereitungszeit: ca. 3 Stunden

Zutaten (für 4 Portionen):

Für das Ossobuco: 4 Kalbsbeinscheiben (4 cm dick), Salz, Pfeffer (Mühle), 4 EL Olivenöl, je 100 g Möhren, Staudensellerie, Fenchel und Schalotten (alles gewürfelt), 2 Knoblauchzehen (geschält), 1 Zweig Rosmarin, 1/2 TL Fenchelsamen, 2 EL Tomatenmark, 200 ml Weißwein, 500 ml Kalbsfond. **Für die Gremolata:** 2 Knoblauchzehen, 2 Sardellenfilets, abgeriebene Schale von 2 Bio-Zitronen und 1 Bio-Orange, 2 EL weiche Butter, 1 EL Mehl, 2 EL Petersilie (gehackt), Salz, Pfeffer. **Für das Bohnengemüse:** 500 g dicke Bohnen, 250 g Wachsbohnen, Salz, 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 30 g Butter, 2 Zweige Bohnenkraut, Pfeffer.

- Ofen auf 160 Grad vorheizen. Beinscheiben rundherum mit einem Messer einritzen. Salzen, pfeffern, von beiden Seiten im Öl in einem Bräter anbraten, herausnehmen. Gemüse und Knoblauch im Bräter ca. 3 Minuten unter Rühren anbraten. Rosmarin, Fenchelsamen und Tomatenmark mitbraten. Mit Wein ablöschen, aufkochen, um die Hälfte einkochen lassen. Fond zugießen, aufkochen lassen. Fleisch auf das Gemüse legen, zugedeckt im Ofen 1 1/2–1 3/4 Stunden schmoren.
- Für die Gremolata Knoblauchzehen schälen und fein würfeln. Sardellenfilets fein hacken. Beides mit der Schale von einer Zitrone, der Orangenschale, Butter, Mehl und 1 EL gehackter Petersilie mischen.
- Für das Bohnengemüse dicke Bohnen von der Hülse befreien, kurz blanchieren und die Haut abziehen. Wachsbohnen putzen. Beides in Salzwasser 10 Minuten bissfest garen. Herausnehmen und in gesalzener Eiswasser abschrecken.
- Fleisch herausnehmen. Schmorfond mit Gemüse auf ein Sieb geben, Fond auffangen, entfetten und aufkochen lassen. Gremolata mit dem Schneebesen in den kochenden Schmorfond rühren, 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Durch ein feines Sieb abgießen. Beinscheiben und Schmorfond zurück in den Bräter geben, mit heißer Soße übergießen, bei schwacher Hitze erhitzen.
- Schalotte und Knoblauch schälen, würfeln. Butter in einer Wok-Pfanne schmelzen, beides glasig anschwitzen. Bohnen darin kurz erhitzen. Blättchen vom Bohnenkraut abzupfen, zugeben, alles gut durchschwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Beinscheiben damit anrichten. Zitronenschale und Petersilie darüberstreuen.

Pro Portion:

ca. 760 kcal, 59 g Eiweiß, 38 g Fett, 34 g Kohlenhydrate

- * Haben Sie ein Rezept aus unserer Serie mit Cornelia Poletto (www.poletto-restaurant.de) verpasst? Unter www.fuer-sie.de können Sie alle bisher erschienenen Folgen herunterladen.



Polettos Wein-Tipp

Dirk Paulewitt, Sommelier im „Poletto“, empfiehlt dazu einen Chardonnay: den 2007 Cervaro della Sala von Castello della Sala. „Sein komplexes Bouquet und der intensiv fruchtige Geschmack mit Vanillinoten lassen diesen Wein zu einem Erlebnis werden.“ Zu bestellen für ca. 26,90 Euro über www.poletto-restaurant.de.