

### Kalbsbraten mit Kürbispüree und grünen Karfiol

- Thema:** für ein Festessen  
**Saison:** immer wenn die Zutaten frisch verfügbar sind  
**Besonderheit:** grüner Karfiol  
**Zu Beachten:** auf gute Zutaten achten

#### Zutaten / Einkaufsliste

(für ca. 3-4 Personen)

- 600 g Weißes Scherzl vom Kalb (im Ganzen)
- 250 g Schalotten (halbiert)
- 1 chinesischer Knoblauch
- 1 Zwiebel (groß)
- 300 ml Rotwein
- 300 ml Brühe
- 125 ml Rama Cremefine
- 2 EL Mehl
- 1 TL Thymian
- n.B. Salz und Pfeffer
- n.B. Öl

#### Für das Kürbispüree

- 200 g Butternusskürbis
- 500 g Kartoffeln
- 1 Schuss Milch
- n.B. Muskatnuss
- 1 EL Butter
- n.B. Salz und Pfeffer

#### Zubereitung

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und beidseitig in etwas Öl scharf anbraten und warm stellen. Die Zwiebel grob würfeln und im verbliebenen Öl rösten. Danach die Schalotten und den in grobe Stücke geschnittenen Knoblauch dazugeben und kurz mitbraten. Mit dem Rotwein ablöschen, kurz aufkochen lassen und mit der Brühe auffüllen. Mit Salz, Pfeffer und Thymian pikant abschmecken, das Kalb einlegen und für ca. 2 Stunden köcheln lassen. Zum Abschluss Rama Cremefine mit 2EL Mehl vermengen und in die Sauce einrühren und nochmals kurz aufkochen lassen.

Für das Püree Kartoffeln und den Kürbis in Stücke schneiden und weichkochen. Den Kürbis mit dem Pürierstab pürieren und die Kartoffeln durch die Presse drücken. Alles gemeinsam mit einem Schuss Milch, Muskatnuss, Salz, Pfeffer und Butter cremig verrühren.

Den Kalbsbraten aufschneiden und gemeinsam mit dem Püree, sowie dem grünen Karfiol servieren und mit Petersilie garnieren.



Gutes Gelingen und Guten Appetit

