

die Ebenrainköchin empfiehlt...

Apfelrotkraut, Kalbsinvoltini mit Mostbröckli und Reis

Monatsmenü März 16 / 4 Personen



Apfel-Rotkraut

1 EL Butter
1 EL Rohrzucker
1 Kopf Rotkraut (ca. 700 g)

200 g Dörrapfelschnitze

1 ½ dl Gemüsebouillon
1 ½ dl Süssmost
1 Messerspitze Zimt
2 KL Salz

in einer grossen Pfanne schmelzen
begeben, leicht karamellisieren
vierteln, bis auf den Strunk in 3-5 mm
breite Streifen hobeln, zugeben
zugeben, mischen, kurz weiter kara-
mellisieren

ablöschen

würzen, zugedeckt ca. 60 Min.
köcheln lassen

Reis

6 dl Wasser
½ KL Salz
300 g Langkornreis

aufkochen
zugeben
begeben, auf kleiner Stufe zugedeckt
köcheln, bis der Reis gar ist

Kalbsinvoltini

8 Kalbsplätzli vom Stotzen à 60 g
Salz, Pfeffer
2 EL Mehl
16 Scheiben Mostbröckli

1 EL Bratbutter oder Bratöl

würzen
bestäuben
je 2 Scheiben auf ein Kalbsplätzli le-
gen, einrollen
in Bratpfanne erhitzen, Involtini rund-
um scharf anbraten, bei 60 °C warm-
stellen

Jus

1 ½ dl Weisswein
4 dl Gemüsebouillon

aufkochen, ohne Deckel zur Hälfte
einkochen, zu den Involtini servieren