

Michael Kempf
Geschmorte Kalbshaxe mit Zitronen-Gremolata,
Kohlrabi und Portweinpolenta

Dienstag, 13. April 2021

Rezept für 4 Personen

Dauer: mehr als 4 Stunden
Schwierigkeitsgrad: mittel
Feine Küche

Zutaten:

Kalbshaxe

3 rote Zwiebeln
100 g Karotte
100 g Staudensellerie
1 junge Knoblauchknolle
2 Zimtstangen
1 Kalbshaxe, mit Knochen (ca. 2 kg)
etwas Salz
etwas Pflanzenöl zum Braten
2 EL Tomaten-Ketchup
300 ml Rotwein
400 ml Rinderbrühe

Kohlrabi-Salat:

300 g Kohlrabi
3 EL Natur-Joghurt
1 TL scharfer Senf
2 EL Rapsöl
etwas Salz
etwas Pfeffer aus der Mühle
2 Spritzer Zitronensaft
3 Zweige Minze

Polenta:

400 ml weißer Portwein
250 ml Gemüsebrühe
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
60 g Polentagrieß (Maisgrieß)
40 g Parmesan
etwas Salz
etwas Pfeffer aus der Mühle

Zitronen-Gremolata:

2 EL weiße, geschälte Senfkörner
1/2 Bio-Zitrone
1 Prise Piment d'Espelette
4 EL Olivenöl



Zubereitung:

1. Für die Kalbshaxe Zwiebeln schälen und achteln. Karotte und Staudensellerie gut waschen und in etwa 2 cm große Stücke schneiden. Knoblauchknolle inklusive Schale halbieren.
2. Die Zimtstangen in die Mitte eines Backblechs legen und mit dem Küchenflambierbrenner abflämmen. Dann das Blech mit den Zimtstangen zur Seite stellen.
3. Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.
4. Die Kalbshaxe kalt abwaschen, abtrocknen und salzen.
5. In einem Schmortopf oder Bräter Öl erhitzen und die Kalbshaxe darin von allen Seiten kräftig anbraten. Anschließend herausnehmen.
6. Zwiebeln, Karotte, Staudensellerie und Knoblauch in den Schmortopf geben und kräftig anrösten. Den Ketchup einrühren und gut mit anrösten.
7. Den Bratansatz mit dem Rotwein und der Brühe ablöschen und einmal aufkochen lassen.
Die Kalbshaxe und die Zimtstangen zugeben und zugedeckt im vorgeheizten ca. 3,5 Stunden schmoren.
8. Anschließend die gegarte Kalbshaxe im Schmorfond abkühlen lassen.
9. Für den Salat Kohlrabi waschen, schälen und in sehr feine Streifen schneiden.
10. Den Joghurt mit dem Senf und dem Öl in einer Schüssel verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die Kohlrabistreifen unter das Dressing mischen, kräftig durchkneten und ca. 10 Minuten marinieren. Dann nochmals abschmecken.
11. Die Minze abbrausen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen, in feine Streifen schneiden und unter den Kohlrabi-Salat mischen.
12. Für die Polenta den Portwein in einen Topf geben und sirupartig einkochen. Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen.
13. Schalotte und den Knoblauch schälen, fein würfeln.
14. In einem Topf Butter schmelzen und Schalotte und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Die Polenta zugeben und unterrühren. Die Portweinreduktion und 2/3 der heißen Gemüsebrühe zugeben und die Polenta auf niedriger Stufe ca. 10 Minuten garen, dabei immer wieder umrühren. Evtl. heiße Gemüsebrühe nachgeben. Die Polenta sollte eine cremige Konsistenz haben.
15. Für die Gremolata-Würzmischung die Senfkörner in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten. Dann erkalten lassen.

16. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben. Zitronenabrieb mit den Senfkörnern, Piment d' Espelette und Olivenöl in einen Mörser geben und fein zermahlen.
17. Von der Haxe den Knochen entfernen und das Fleisch entsprechend portionieren.
18. Den Schmorfond wieder erhitzen, dann durch ein feines Sieb streichen.
19. Den passierte Schmorfond bis zur gewünschten Bindung einkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
20. Parmesan fein reiben und kurz vor dem Servieren unter die Polenta rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
21. Haxenfleisch auf vorgewärmten Tellern anrichten, die Schmorsauce angießen. Die Gremolata mit einem Löffel nochmal verrühren und über das Fleisch träufeln. Den Kohlrabisalat und Polenta dazu anrichten.

Pro Portion: 1090 kcal / 4560 kJ
18 g Kohlenhydrate, 99 g Eiweiß, 55 g Fett