

Kochen mit Klaus

Kalbfleisch-Kürbis Ragout

Zutaten: (Für 4-5 Personen)

- 500 g Kalbsgulasch, 1 Zwiebel, 2 Knobizehen, 1 EL Bratensaft, Salz,
- Öl, 800 g Hokkaido-Kürbis, 250 g Champignons, 200 ml Weißwein,
- 300 ml Cremefine, 250 ml Wasser, 2 Pck. Fix f. Rahm-Sauce, Pfeffer,
- 2 EL helle Sauce, Petersilie, 50 g Kürbiskerne, Kürbiskernöl

Zubereitung:

1. Gemüse putzen. Kürbis waschen, halbieren, Kerne u. das faserige Innere entfernen. Kürbis grob, Zwiebel u. Knobi fein würfeln. Pilze in Spalten schneiden. Kürbiskerne ohne Fett in einer Pfanne anrösten. Kalbsgulasch kleiner schneiden.



2. Fleisch in heißem Öl scharf anbraten, salzen, pfeffern u. entnehmen. Kürbis, Zwiebeln u. Knobi im Bratfett anbraten. Salzen u. pfeffern. Mit Wein, Cremefine u. Wasser ablöschen, Fix einrühren u. aufkochen. Fleisch u. Pilze unterheben. Abgedeckt 30 Min. köcheln lassen, mit heller Sauce binden. Mit Salz, Pfeffer u. Bratensaft abschmecken. Kräuter u. $\frac{3}{4}$ Kürbiskerne einrühren.



3. Ragout mit Kürbiskernöl, Petersilie u. restl. Kürbiskernen garniert zur Beilage auf Tellern anrichten.



Tipps des Chaoten: Dazu Reis oder Bandnudeln reichen.



Erstellt von Klaus am 13.01.2018