

Gefüllte Kalbsbrust mediterrane Art

Zutaten für acht bis zehn Personen:

1 schönes Stück Kalbsbrust ohne Knochen, circa 2-3 kg (vom Metzger eine Tasche hineinschneiden lassen)

Salz, Pfeffer, Zitronensaft, etwas Olivenöl

Füllung:

1 in etwas Milch eingeweichtes Brötchen

4-6 getrocknete Tomaten

250 g Hackfleisch

100 g gekochter Schinken in einer dicken Scheibe

50 g grüne Oliven

50 g durchwachsener Bauchspeck

1 große oder 2 kleinere Zwiebeln

1 EL Olivenöl, 2 Knoblauchzehen, 1 rote Chilischote

250 g Champignons, 1 dicker Bund glatte Petersilie

Salz, Pfeffer, 1-2 Eier (je nach Größe)

Worcestershiresoße oder Sojasoße

Muskatnuss, etwas Zitronenschale

Außerdem:

2 Bund Suppengrün, 1 große Zwiebel, 4 EL Öl

1 gutes Glas Weißwein, eventuell 1/8 l Brühe

2-3 EL Olivenöl für die Soße

Das Fleisch vom Metzger herrichten lassen, dann außen mit Zitronensaft und Öl einreiben.

Für die Füllung das Brötchen mit heißer Milch benetzen und einweichen, Tomaten mit kochendem Wasser bedecken und ebenfalls einweichen. Das Brötchen zerpfücken, Tomaten fein hacken und mit Hackfleisch mischen. Den Schinken und Speck in kleinen Würfeln untermischen. Ebenso die vom Stein gelösten Oliven, halbiert oder geviertelt.

Die Masse salzen und pfeffern, die Eier untermischen. Die Farce kräftig abschmecken, eventuell auch einen Spritzer Worcestershiresoße oder Sojasoße hinzufügen und mit Muskatnuss und Zitronenschale würzen.

Hackfleisch, Gemüse und Kräuter sorgen für den Geschmack, Brot für die Konsistenz

Die Zwiebel sehr fein würfeln, im heißen Öl weich dünsten, ohne Farbe annehmen zu lassen, den gehackten Knoblauch hinzufügen und die Hitze herunterschalten. Anschließend die klein geschnittenen Champignons mitdünsten und am Ende die gehackte Petersilie hinzufügen. Dann noch die Chili klein schneiden und alles mit dem Hackfleisch mischen.

Mediterrane Füllung

Diese Füllung in die vorbereitete Kalbsbrust füllen und wie im Rezept „Kalbsbrust mit Kräuter-Semmel-Füllung“ beschrieben braten. Allerdings nach dem Anbraten mit einem kräftigen Schuss Weißwein ablöschen.

Den Bratenfond am Ende nach Belieben durch ein Sieb passieren oder mitsamt dem Wurzelgemüse servieren.

Beilage: Hierzu passt wunderbar ein Kartoffelsalat.