

Spitzpaprika, Kalbsrücken, Auberginengemüse, Sugo

Für 6 Personen:

Auberginengemüse:

4 Eiertomaten	1 Aubergine	1 große Zucchini
1 Zitrone	Olivenöl, Salz	

Spitzpaprika:

6 rote Spitzpaprika	4 mehligk. Kartoffeln	2-3 EL Rosinen
1 weiße Zwiebel	1 Peperoncini	2-3 Knoblauchzehen
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1 Zweig Oregano
1 Zweig Salbei	2-3 EL Olivenöl	

Tomaten-Sugo:

500 g Tomaten	Salz
---------------	------

Kalbsrücken:

1 kg Kalbsrücken	1 EL Senf	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	1 Zweig Salbei	1 Zweig Oregano
2 EL Pankobrösel	Salz, Olivenöl	Basilikumblätter

Auberginengemüse:

4 Eiertomaten entstielen und kreuzweise anritzen. Ca. 30 sek. in kochendem Wasser blanchieren, Schale ablösen und in eiskaltem Wasser abschrecken. Tomate vierteln und das Fruchtfleisch auslösen (kann in den Sugo eingearbeitet werden). Die Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. In Olivenöl anschwitzen. Die festkochenden Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und anbraten. Nach ca. 10 Minuten, die in etwas gröbere Würfel geschnittene Aubergine und Zucchini hinzugeben, noch weitere 10 Minuten köcheln lassen und mit Zitronenabrieb und Salz abschmecken.

Spitzpaprika:

Die mehligkochenden Kartoffeln schälen und in dem leicht gesalzenen Tomatenwasser (von Auberginengemüse -Rezept) gut 15 Minuten weichkochen. Die Zwiebel und Knoblauch und Peperoncini schälen und in Würfel schneiden. In etwas Olivenöl anschwitzen. Kartoffeln mit Olivenöl, Zwiebeln und Knoblauch zerstampfen, Rosinen untermengen evtl. nachsalzen und in Spritzbeutel füllen. Paprika waschen, trocknen und mit Bunsenbrenner schwarz abflemmen (oder im Backofen schwarz werden lassen), die verbrannte Haut abschaben. Deckel abschneiden, aufheben. Kartoffelmasse in die Schoten einfüllen und mit Deckel auf ein mit Backpapier ausgelegtes tiefes Backblech legen. Mit frischen Zweigen von Salbei, Rosmarin, Oregano, Thymian bedecken, etwas Olivenöl darüber träufeln und bei 100 Grad im Ofen warmhalten.

Tomaten-Sugo:

Die Tomaten waschen, entstielen, vierteln, salzen, mit etwas Wasser aufsetzen und gut 2 Stunden leicht köcheln lassen. Vor dem Anrichten evtl. mit etwas Salz abschmecken und Sugo durch ein feines Sieb streichen.

Kalbsrücken:

Fleisch mit Salz einreiben und auf der Plancha (oder alternativ in der gusseisernen Pfanne) bei hoher Hitze rundherum kräftig anbraten.

Anschließend dünn mit Senf bestreichen. Rosmarinnadeln, Thymian, Salbei und Oregano

fein hacken, den Kalbsrücken mit der Mischung bestreuen. Über die Kräuter eine Schicht Pankobrösel streuen und mit Olivenöl beträufeln. Bei ca. 100 Grad im vorgeheizten Backofen ziehen lassen, bis eine Kerntemperatur von 52 Grad erreicht ist (dauert ca. 15-20 Minuten). Danach bei abgeschaltetem Ofen noch etwa 10 min. ziehen lassen. Fleisch in 2-3 cm breite Scheiben schneiden.

Anrichten:

Das Auberginengemüse mit einem Dessertring auf dem Teller anrichten. Eine Fleischscheibe auf das Gemüse setzen. Gefüllte Paprika davorlegen, mit Tomaten Sugo begießen und mit Basilikumblättern ausdekorieren.

Ali Güngörmüs am 02. April 2024