

## Kalbsvoessen

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.  
Schmoren: ca. 1¼ Std.

800 g **Kalbsvoessen**  
(z. B. Hals, Schulter/Laffe)

2 Esslöffel **Mehl**

**Bratbutter** zum Anbraten

¾ Teelöffel **Salz**

1 **Zwiebel**, fein gehackt

1 **Knoblauchzehe**, gepresst

1 Teelöffel **Tomatenpüree**

2 dl **Fleischbouillon**

1 dl **trockener weisser Vermouth**  
(z. B. Noilly Prat)

1 dl **Rahm**

nach Bedarf **Salz, Pfeffer**

zum Bestäuben

im Brattopf heiss werden lassen. Fleisch portionenweise (in 2–3 Portionen) begeben, mit Mehl bestäuben und ca. 5 Min. anbraten, bis das Fleisch rundum eine gleichmässige Kruste hat. Fleisch herausnehmen, Hitze reduzieren

Fleisch salzen. Bratfett auf tupfen, evtl. wenig Bratbutter begeben

andämpfen, bis die Zwiebel glasig ist kurz mitdämpfen

dazugiessen, aufkochen, Fleisch wieder begeben, Hitze reduzieren, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 1 Std. schmoren, evtl. wenig Bouillon nachgiessen

dazugiessen, aufkochen, Hitze reduzieren, offen ca. 15 Min. köcheln

würzen

**Pro Person:** 18 g Fett, 44 g Eiweiss, 6 g Kohlenhydrate, 1502 kJ (359 kcal)

### Tipp

Voessen zugedeckt in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens ca. 1 Std. schmoren. Rahm begeben, zugedeckt ca. 15 Min. fertig schmoren.

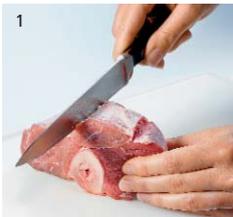
**Schneller:** Fleisch in einer Bratpfanne anbraten, nur 1 dl Bouillon und ½ dl Vermouth verwenden, im Dampfkochtopf ca. 25 Min. schmoren. Dampfkochtopf abkühlen, bis sich das Ventil ganz gesenkt hat, öffnen, Rahm begeben, offen fertig zubereiten wie oben.

### Verfeinern

Für rotes Fleisch statt Vermouth Rotwein, roten Portwein oder Madeira verwenden.

**Schmoren von kleinen Fleischstücken eignet sich auch für:** Rind, Kalb, Schwein, Lamm und Wild, Fleischvögel (siehe «Geeignete Fleischstücke zum Schmoren», S. 2).

**Das Rezept Ossibuchi (Bilder 1+2) eignet sich auch für:** Kalbsbrustschnitten, Schweinshaxen.



1 Teller geben, Haxen darin wenden, überschüssiges Mehl abschütteln ...

### Ossibuchi

4 **Kalbshaxen** (je ca. 250 g), weisse «Haut» ringsum 4–5-mal ca. 3 mm tief einschneiden.

Haxen mit ¾ TL **Salz** und wenig **Pfeffer** würzen.

1 EL **Mehl** in einen tiefen



2 ... Wenig **Bratbutter** im Bratopf heiss werden lassen, Haxen beidseitig je ca. 2 Min. anbraten, zubereiten wie Kalbsvoessen, statt Vermouth **Rotwein** (z. B. Merlot) verwenden. **Schmoren:** ca. 1½ Std. Statt Rahm 4 **Tomaten**, in Vierteln, und einige **grüne Oliven** begeben.

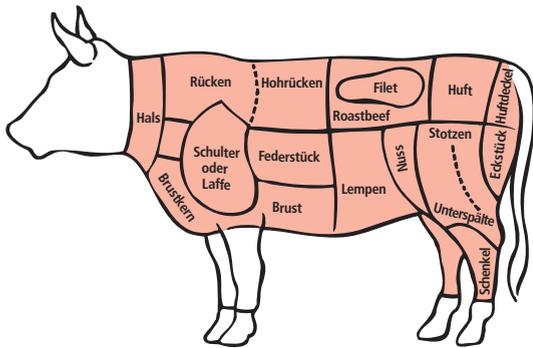
### Gremolata

3 1 Bund **glattblättrige Petersilie**, fein gehackt, 1 **Knoblauchzehe**, fein gehackt, und 1 **unbehandelte Zitrone**, ½ abgeriebene Schale, in einer kleinen Schüssel mischen. **Passt zu:** Haxen, Rindsbraten.

## Geeignete Fleischstücke zum Schmoren

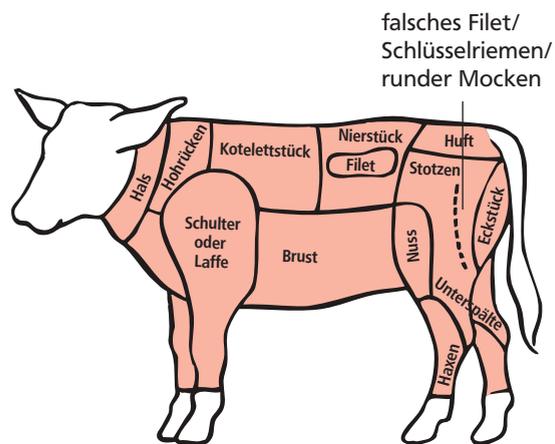
### Rind: Schmoren

- Hals (am Stück, Voressen)
- Huftdeckel (am Stück, Saftplätzli)
- Hohrücken, Rücken (am Stück)
- Schulter (am Stück, Saftplätzli, Voressen)
- Stotzen (Eckstück, runder Mocken, Nuss, Unterspälte; am Stück, Plätzli, Voressen)



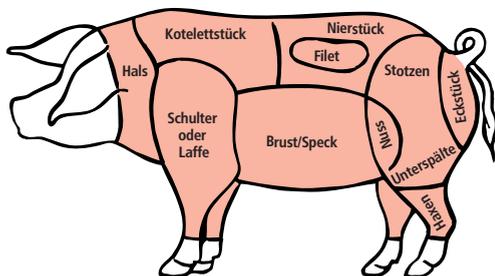
### Kalb: Schmoren

- Brust (Voressen)
- Brustschnitten (Tendrons)
- Hals (Voressen)
- Haxen (vom Stotzen)
- Schulter/Laffe (Voressen)



### Schwein: Schmoren

- Haxen
- Schulter/Laffe (Voressen)



### Lamm, Wild, Geflügel: Schmoren

- Lamm (Brust, Hals, Schulter; Voressen)
- Reh, Hirsch (Brust, Hals, Schulter; Pfeffer)
- Pouletteile

## Tabelle mit den Schmorzeiten

Fleischstücke	Anbratzeit	Schmorzeit
<b>Rindfleisch</b>		
Hackfleisch	ca. 3 Min.	ca. 40 Min.
Geschnetzeltes (z. B. Eckstück, Stotzen, Unterspälte)	ca. 3 Min.	ca. 45 Min.
Voressen	ca. 5 Min.	ca. 1¼ Std.
Fleischvögel (je ca. 130 g)	rundum ca. 4 Min.	ca. 1 Std.
Schmorbraten (z. B. Hals, Huftdeckel, Hohrücken, Rücken, runder Mocken, Schulter/Laffe, Stotzen, ca. 1¼ kg)	rundum ca. 5 Min.	ca. 2 Std.
<b>Kalbfleisch</b>		
Hackfleisch	ca. 3 Min.	ca. 30 Min.
Voressen	ca. 5 Min.	ca. 1¼ Std.
Brustschnitten (je ca. 200 g)	beidseitig je ca. 2 Min.	ca. 1¾ Std.
Haxen (je ca. 250 g)	beidseitig je ca. 2 Min.	ca. 1¾ Std.
<b>Schweinefleisch</b>		
Geschnetzeltes (z. B. Schulter/Laffe)	ca. 3 Min.	ca. 20 Min.
Voressen	ca. 5 Min.	ca. 1¼ Std.
Haxen (je ca. 250 g)	beidseitig je ca. 2 Min.	ca. 1¾ Std.
Schmorbraten (z. B. Schulter/Laffe, Hals)	rundum ca. 5 Min.	ca. 1¼ Std.
<b>Lamm</b>		
Hackfleisch	ca. 3 Min.	ca. 50 Min.
Lammvoressen	ca. 5 Min.	ca. 1¾ Std.
<b>Wild</b>		
Hirschpfeffer	ca. 5 Min.	ca. 1¼ Std.
Rehpfeffer	ca. 5 Min.	ca. 1¼ Std.
<b>Geflügel</b>		
Pouletteile	ca. 5 Min.	ca. 50 Min.