

Traditionä ÄRHALTU



KALBSHAXEN MIT GEMÜSE UND POLENTA VAM HEIDY



Zutaten 4 Personen:

- Kalbshaxen
- Gemüse: Rüebl, Sellerie, Kohlrabi, Zwiebeln, Lauch, Knoblauchzehen
- 300 gr grobe Polenta (Bramata)
 - 4 dl Wasser
 - 4 dl Milch
 - Butter
 - Mehl
- Gewürze: Salz, Kräutersalz, Pfeffer, Muskatnuss, 1 TL Bouillon
 - 3 EL Mascarpone
 - 300 gr geriebener Alpkäse
 - Römertopf (oder Bräter)

Zubereitung:

Backofen auf 200° Umluft vorheizen
Kaltes Wasser in den Römertopf einfüllen (1 Std vor Gebrauch)
Die Kalbshaxen mit Küchenpapier abtupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, im Mehl wenden. 2-3 Min beidseitig scharf anbraten.
Gemüse rüsten, waschen und in grobe Würfel schneiden.
Römertopf entleeren, den Boden mit Gemüsemischung bedecken, mit Kräutersalz würzen, Kalbshaxen darauf legen, restliches Gemüse auf die Kalbshaxen geben auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 90 Min schmoren lassen.

Polenta: Wasser, Milch, Bouillon und Butter mit wenig Muskatnuss zum Sieden bringen. Die Polenta einrieseln und ständig rühren. Während einer guten Stunde auf kleinem Feuer köcheln lassen und immer wieder rühren. Zuletzt den Mascarpone und Alpkäse unterrühren.

Tipp: Polenta in einer Gusspfanne kochen, so kann sie nicht anbrennen.

Dazu passen eine Jägersauce und grüner Salat.