



Gebackene Kalbsbrust mit einer Senfkruste

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 6
- **Vorbereitungszeit:** 60m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 1:20 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '80', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '60m', 'servings' : '6', 'yield' : '' });
```

Dieses Rezept ist einen Versuch wert.

Zutaten

- 1,2 kg ausgelöste, parierte Kalbsbrust
- Etwas Suppengrün
- 100 g grüne Berglinsen
- 100 g rote Berglinsen
- 2 Schalotten
- 2 vollreife Fleischtomaten in Würfeln
- 1 kleiner, saurer Apfel in Würfeln
- ½ Bund Schnittlauch, geschnitten
- 3 El weißer Balsamico
- 3 El Oliven oder Traubenkernöl
- 3 Scheiben Weißbrot oder Toastbrot in Würfeln
- 3 El geriebenes Weißbrot
- 3 - 4 El grober Dijon Senf
- Gewürze

Zubereitungsart

Schritt1

Der Ansatz:

Schritt2

Die vorbereitete Kalbsbrust unter fließendem Wasser waschen und in ausreichend viel kochendes Salzwasser geben.

Schritt3

Das Suppengrün, einige Pfefferkörner, 1 - 2 Lorbeerblätter, 3 - 4 Nelkenköpfe und dazu geben.

Schritt4

Leise 45 - 60 min. köcheln lassen, hin und wieder abschäumen, weich werden lassen.

Schritt5

Prüfen, heraus nehmen, auskühlen lassen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Schritt6

Etwas salzen und pfeffern. Den Senf mit etwas geriebenem Weißbrot versetzen und auf die Kalbsbrustscheiben streichen.

Schritt7

Vorsichtig mit der Senfseite zuerst in erhitzte braune Butter / Nussbutter geben, ca. 3 min. braten lassen, nur einmal wenden.

Schritt8

Der Linsensalat:

Schritt9

In der Zwischenzeit die gewaschenen Linsen in kochendes Salzwasser geben und „al dente“ kochen.

Schritt10

Abgießen und mit frisch gemahlenem Pfeffer, Balsamico, etwas Zucker und Öl „Schmackig“ anmachen.

Schritt11

Die Tomaten kurz in kochendes Wasser geben und sofort wieder kalt „abschrecken“. Halbieren, Kerne entfernen, in 1 cm große Würfel schneiden und mit dem Schnittlauch und den Apfelwürfeln zu den Linsen geben. (Das gibt einen frischen, tollen Geschmack)

Schritt12

Die Weißbrotwürfel in brauner Butter goldgelb zu Croutons braten, etwas salzen und pfeffern

Schritt13

Anrichtevorschlag:

Schritt14

Den Linsensalat portionsweise anrichten und einige Butter Croutons darüber geben,

Schritt15

Alles mit den gebackenen Kalbsbrustscheiben servieren.

Rezeptart: Kalbfleisch **Tags:** brot, kalbsbrust, linsen, salat, senfkruste

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/gebackene-kalbsbrust-mit-einer-senfkruste/>