


Ossobuco mit weisser Polenta

 30 Min. + 1¼ Std. im Ofen

Für ein Bratgeschirr oder einen Brattopf mit Deckel und eine ofenfeste Form von ca. 1 Liter, gefettet

1 Bund glattblättrige Petersilie, fein geschnitten

1 Knoblauchzehe, gepresst

1 Bio-Zitrone, nur abgeriebene Schale

¼ TL Salz

1,2l Gemüsebouillon

250g feiner Maisgriess (z. B. Polenta bianca)

Bratbutter zum Braten

4 Kalbshaxen (je ca. 250g)

1 TL Salz

wenig Pfeffer

1 Zwiebel, fein gehackt

1 Knoblauchzehe, gepresst

300g Rüebli, in Würfeli

200g Pastinaken, in Würfeli

200g Stangensellerie, in Scheiben

3 EL dunkle Sultaninen

½ EL Mehl

1½ dl Weisswein

2½ dl Kalbsfond oder Fleischbouillon

1 Lorbeerblatt

Zeit in der Küche: ca. 30 Min.

- 1. Gremolata:** Petersilie, Knoblauch, Zitronenschale und Salz mischen, zugedeckt beiseite stellen.
- Bouillon aufkochen, Maisgriess einrühren, unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 4 Min. zu einem dicken Brei köcheln. Polenta in die vorbereitete Form geben.
- Wenig Bratbutter im Bratgeschirr heiss werden lassen. Haxen würzen, beidseitig je ca. 2 Min. anbraten. Herausnehmen, Hitze reduzieren, Bratfett auf tupfen, evtl. wenig Bratbutter begeben.
- Zwiebel und alle Zutaten bis und mit Sultaninen andämpfen. Mehl darunter mischen, Wein dazugießen, etwas einkochen. Fond dazugießen, aufkochen, Hitze reduzieren. Lorbeerblatt und Haxen begeben.

Zeit im Ofen: ca. 1¼ Std.

- 5. Schmoren:** zugedeckt ca. 1¼ Std. in der unteren Hälfte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Deckel entfernen, Polenta neben das Bratgeschirr in den Ofen stellen, ca. 30 Min. fertig schmoren. Haxen mit der Polenta und der Gremolata anrichten.

Portion: 576 kcal, F 13g, Kh 67g, E 42g



Tipp: Die Haut der Kalbshaxen ringsum mehrmals etwas einschneiden, Haxen mit Küchenschnur binden. Dadurch bleiben die Haxen schöner in Form.

