

Kalbsrücken mit Szechuan Pfeffer

und geschmortem Kürbis



Zubereitung

Kalbsrücken: Von den Zitrusfrüchten die Schale ohne das Weisse in ganzen Stücken abschneiden. Vanillestängel und Chilis längs aufschneiden, Chilis zusätzlich entkernen. Ingwer schälen und in grobe Stücke schneiden. Zitronengrasstängel halbieren und leicht zerquetschen. Szechuan Pfeffer im Mörser fein mahlen.

Olivensöl und Honig leicht erwärmen, alle Gewürze dazugeben und 10 Minuten ziehen lassen. Marinade über den Kalbsrücken giessen und ins Fleisch reiben. 24 - 48 Stunden an einem kühlen Ort marinieren.

Fleisch aus der Marinade nehmen, Öl durch ein Sieb giessen, zusammen mit den Gewürzen bereithalten. Fleisch zirka 4 Stunden vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen.

Backofen auf 200° C Grad vorheizen. 4 EL vom durchpassierten Gewürzöl in einer grossen Pfanne erhitzen und das gesalzene und gepfefferte Fleisch rundherum gut anbraten, immer wieder mit Öl begiessen. In eine feuerfeste Form legen und im heissen Ofen 20 Minuten braten.

Temperatur auf 80° C Grad reduzieren und Fleisch für 1 Stunde garen lassen. In den letzten 30 Minuten die Gewürze mitsamt dem Gewürzöl zugeben, Fleisch regelmässig übergiessen.

Aufschneiden, mit den Gewürzen garnieren und mit dem Gewürzöl beträufeln.

Kürbis: Backofen auf 180° C Grad vorheizen. Kürbis längs halbieren, mit einem Löffel entkernen. Speckscheibe in 5 mm dünne Streifen schneiden. Minze und Petersilie waschen, trocknen, Blätter abzupfen und grob hacken. Davon 2/3 für Garnitur beiseitelegen. Sardellen, Oliven und Knoblauch grob hacken.

Mit einem Korkenzieher Löcher in das Kürbisfleisch bohren. Hineindreihen und mit einem Ruck wieder herausziehen. Dabei aufpassen, nicht die Schale zu durchbohren. Die Löcher mit den Kräutern, Sardellen, Knoblauch, Oliven und Speck füllen, alles gut hineinpresse.

Das grobe Meersalz auf ein Backblech häufen, den Kürbis mit der Schnittseite nach oben hineinsetzen, mit Olivenöl, Meersalz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle würzen.

Für etwa 90 Minuten im Backofen schmoren, je nach Grösse des Kürbis. Ein Messer zur Garprobe hineinstecken. Dabei darf kein Widerstand zu spüren sein. In einer Schüssel die restlichen Kräuter mit etwas Olivenöl und Meersalz würzen.

Den Kürbis aus dem Ofen nehmen, etwa 10 Minuten ruhen lassen und die Kräuter im Kernenhaus arrangieren. Jeder kann sich mit einem Löffel auf dem Tisch selbst bedienen.

Zutaten für 4 Personen

- 1 Kalbsrack mit 4 Rippen
- 200 ml Olivenöl ,extra vergine'
- 5 EL Blütenhonig
- je 2 Orangen, Zitronen, Limetten
- 5 Knoblauchzehen
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Vanillestängel
- 4 Zimtstangen
- 2 grosse rote Chilis (mild)
- 50 g frischer Ingwer
- 2 Stängel Zitronengras
- 1 EL Szechuan Pfefferkörner
- je 1 EL Sternanis, Koriandersamen, Fenchelsamen, weisse Pfefferkörner, Kardamom, Kreuzkümmel, rosa Pfeffer, braune Senfsamen
- 5 Lorbeerblätter
- 10 Thymianzweige
- 1 Rosmarinzweig

Geschmorter Kürbis

- 1 mittlgrösser Butternuss-Kürbis, etwa 1 Kilo
- je ein Bund frische Pfefferminze und glattblättrige Petersilie
- 1 Scheibe Frühstücksspeck, zirka 5 mm dick geschnitten
- 4 Sardellenfilets
- 2 EL schwarze, entsteinte Oliven
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl
- 500 g grobes Meersalz