

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.

Olivenöl 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 Stunden 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. Hineindrehen 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 hineinpressen.

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 Kalbsrücken 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

Geschmarter Kürbis

- 1 mittelgrosser Butternuss-Kürbis, etwa 1Kilo
- 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