

**Typ:** Fleisch

**Quelle:** Brigitte Sonderheft 20/90

**Bemerkungen:**

**Zutaten:** 1 Bund Suppengrün,  
2 Schalotten,  
4 Knoblauchzehen,  
4 Scheiben Kalbshaxe à 250 g,  
frisch gemahlener Pfeffer,  
Mehl,  
20 g Butterschmalz,  
5 Eßl. Weißwein (ersatzweise Brühe),  
100 am Kalbsfond (Glas),  
1/2 Bund glatte Petersilie,  
etwas unbehandelte Zitronenschale,  
3 Sardellenfilets,  
Salz.

**Rezept:** Das Gemüse in kleine Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauchzehen hacken. Das Fleisch pfeffern und mit Mehl bestäuben. Butterschmalz in einem großen Schmortopf erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten kurz anbraten. Herausnehmen. Schalotten, zwei Knoblauchzehen und Gemüse im Bratfett unter Wenden etwa drei Minuten andünsten. Wein und Fond zugießen und einmal aufkochen lassen. Das Fleisch zurück in den Schmortopf zum Gemüse geben. Topf schließen und alles eine Stunde 15 Minuten bei kleiner Hitze schmoren. Petersilie, Zitronenschale, restlichen Knoblauch und Sardellen (einhacken und vermischen). Den Schmorsud mit Salz abschmecken. Zum Servieren das Fleisch mit dem Petersiliengemisch bestreuen (pro Portion ca. 370 Kalorien).

Fertig in 1 Stunde 30 Minuten.

Dazu: Bandnudeln oder, wenn's klassisch sein soll, Risotto alla milanese (S. 33).