

# Natura-Veal Frikassee



Kalbsfrikassee mit Spargeln und Safran-Reis. (Foto: hurrah GmbH)

**Rezept für 4 Personen**  
**Vorbereitung: 20 Minuten**  
**Zubereitung: 2 Stunden**

800 g Natura-Veal Ragoût (z. B. Kalbsschulter)  
 Salz, Pfeffer  
 60 g Mehl  
 80 g Bratbutter  
 100 g Zwiebeln  
 50 g Karotten gelb  
 50 g Knollensellerie  
 1 dl Weisswein  
 6 dl Kalbsfond / Bouillon  
 2 dl Rahm  
 100 g Spargeln grün / weiss (je nach Saison  
 durch ein anderes Gemüse ersetzen)  
 2 EL Estragon frisch (fein gehackt)

Karotten, Zwiebeln und Knollensellerie schälen und in grobe Würfel schneiden. Spargeln schälen und kurz im Salzwasser bissfest sieden, rausnehmen, auskühlen lassen und in Stücke schneiden.

Ragoût mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Mehl bestäuben und bei mittlerer Hitze in Bratbutter 3 Minuten dünsten. Die Gemüswürfel zugeben, 2 Minuten mitdünsten, mit dem restlichen Mehl bestäuben. Mit Weisswein ablöschen und mit Kalbsfond/Bouillon auffüllen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 90 Minuten weich köcheln lassen.

Das Fleisch aus dem Topf nehmen und beiseitestellen. Fond und Gemüswürfel mixen, anschliessend Rahm dazugeben. Das Fleisch und die Spargeln dazugeben, kurz aufkochen, abschmecken und Estragon dazugeben.

**Dieses Rezept wurde von Koch Dominic Fehlmann für die neue Rezeptbroschüre von Mutterkuh Schweiz zusammengestellt. Sie werden die Broschüre im Onlineshop von Mutterkuh Schweiz bestellen können, sobald sie in gedruckter Form vorliegt. Wir wünschen schon jetzt «en Guate»!**