

## SoLaWi: Ossobuco – die berühmten geschmorten Kalbshaxen aus Italien

Dieses Gericht lässt einen nicht nur nochmal den Sommer Revue passieren. Es verbindet auch auf wunderbare Weise das Spätsommergemüse unserer SoLaWi mit weniger bekannten Fleischteilen vom Kalb. Und Kalb kann man schließlich seit diesem Jahr ebenfalls als Mitglied unseres Vereins bekommen. Es handelt sich dabei um kuhgebunden aufgezogene Kälber von Milchkühen. Mehr Infos darüber auch unter: [www.solawi-fair-teilen.de](http://www.solawi-fair-teilen.de) Das Gericht besticht aber nicht nur durch seine ehrlichen Zutaten, deren Geschmäcker toll harmonisieren. Es ist auch wunderbar einfach nachzukochen und macht dennoch auch am Sonntag richtig was her.

Ihre Angelika Gsellmann

### Zutaten für 6-8 Personen:

- 6–8 Beinscheiben vom Kalb, insgesamt ca. 3 kg
- 4 mittelgroße Karotten
- 4 Stangen Stangensellerie
- 1 kg reife Fleischtomaten
- 1 Bund Petersilie
- 4 EL Butter
- Etwas Mehl
- 6 EL Olivenöl
- ¼ l Weißwein
- ¼ l Fleisch- o. Gemüsebrühe
- 3 mittelgroße Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- Je ½ TL Thymian u. Oregano
- 2 Lorbeerblätter
- Salz, schwarzer Pfeffer

### So wird's gemacht:

1. Karotten, Sellerie, Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. In einer möglichst großen, flachen Kasserolle oder in einem Bräter

mit Deckel, in dem die Beinscheiben nebeneinander Platz haben, Butter zerlassen und die Gemüswürfel unter Rühren darin anschmoren, bis sie leicht gebräunt sind. Bräter vom Herd nehmen und zur Seite stellen.

2. Kalbshaxen mit Küchengarn rund binden, salzen, pfeffern, in Mehl wenden und in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten bei mäßiger Hitze hellbraun anbraten. Herausnehmen und auf das angebratene Gemüse setzen.

3. Das Öl aus der Pfanne abgießen. Bratenfond mit ¼ l Weißwein aufkochen. Dabei rühren, bis sich der Satz aufgelöst hat und der Wein auf 4 -6 EL Flüssigkeit eingekocht ist. Den Backofen auf 175 °C vorheizen.

4. Tomaten überbrühen und häuten und klein schneiden. Petersilie hacken.

5. Pfannenfond mit ¼ l Brühe



aufgießen, gehackte Petersilie, Thymian, Oregano, Lorbeerblätter und Tomatenstücke dazugeben, aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Die Sauce über die Fleischstücke gießen. Auf dem Herd aufkochen, Deckel auflegen und in den Ofen schieben. 2 – 3 Stunden schmoren. Dabei alle 30 Min. die Haxen mit etwas Brühe übergießen.

7. Wer mag, kann das fertige Gericht schließlich auch noch mit einer Gremolata bestreuen: Diese besteht aus der Schale von 2 Zitronen – fein abgeraspelt, fein gehackter Petersilie und 5 ganz fein gewürfelte Knoblauchzehen.

Guten Appetit!



Übrigens: Die SoLaWi nimmt kommende Saison wieder Mitglieder auf. Wer Interesse hat, schreibt an: [info@solawi-fair-teilen.de](mailto:info@solawi-fair-teilen.de)



**WE STYLE  
★ YOUR ★ ★ ★  
★ ★ LOOK**



**obermaier moden**

mode | service | individualität