Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



BLANQUETTE DE VEAU (KALBSFRIKASSÉE FRANZÖSISCHER ART)

ZUBEREITUNG: 20 MIN. · KOCHZEIT: 2 STUNDEN

Diese Woche haben wir deutsche Freunde zum französischen Dinner eingeladen. Zum Essen habe ich an etwas typisch französisch gedacht : „La blanquette de veau“.
Diese Hauptspeise kann bei uns jede Mama kochen, und wird auch sehr oft in Pariser Cafés angeboten.
Das Kalbsfleisch wird langsam und sehr lange in einer Brühe gegart. Dann kommt noch eine „Roux“ und etwas Crème fraîche, die das Ganze eine unvergessliche cremige Konsistenz gibt.

Klassischerweise wird eine leckere Bouillon zubereitet und darin das Fleisch langsam gegart. Ich mache es aber wie meine Oma aus dem Berry und brate das Fleisch vorher kurz mit Butter und Zwiebeln an, um dieses leckere nussige Röstaroma am Fleisch zu bekommen. Sooo lecker! Es kräftigt danach meine Bouillon und gibt dem Gericht viel mehr Aroma.

Wer Purist ist, kann diese Etappe einfach überspringen und das rohe Fleisch direkt in der Bouillon garen mit Zwiebeln, Möhren und Champignon.

Blanquette de veau ist ein Gericht, das man am Sonntag gemeinsam genossen hat. Die Oma hat alles früh vorbereitet, den Deckel draufgemacht und nach einer Weile, und einem schönen Spaziergang, war es fertig. Das ist also ein Rezept, das am nächsten Tag sogar noch besser schmeckt.

Und wenn noch Reste da waren, ja, das passiert, wenn man extra große Portionen zubereitet ;-), dann hat man daraus Bouchées à la Reine, also Königinpasteten, gezaubert.
Aus einer kleinen Portion konnte man einfach mit mehr Gemüse und Champignons wieder mehr Sauce machen und das Gericht ein bisschen verlängern … fast wie beim ewigen Brei □□ .

Es ist also ein traditionelles französisches Rezept, das jede Familie nach ihrem eigenen Geschmack ein bisschen variieren und immer wieder weiterverwandeln kann. Ich kann euch nur ermutigen, es euch auch anzueignen, so wie wir Franzosen es tun.

Die „Blanquette de veau“ wird oft mit Kartoffeln oder Reis serviert, aber was am besten schmeckt ist wenn man die Sauce mit einem guten Stück Baguette auftunkt. Oder wie wir in Frankreich sagen : „Saucer“….. also sparen wir nicht an der Sauce.

Zutaten für Blanquette de veau :

Für 4 Personen

1 kg Kalb (zum Schmoren), 300 g Möhren, 300 g Champignons, 2 Zwiebel, 1-2 EL Kalbsfond (2 Würfeln Brühe), 50 g Mehl, 20g + 50 g Butter, 2 Lorbeerblätter, Nelke, Thymian, Rosmarin (oder Bouquet garni) 3 EL Crème fraîche, 2 Eigelb, Zitronensaft und Pfeffer.

1- Das Fleisch vom Fett befreien und in kleinen Würfeln schneiden.

Das Kalb in einem großen Kochtopf, kurz scharf mit 20g Butter anbraten.

2- 1 Zwiebel klein schneiden und die andere mit Nelken einstecken.

Die Zwiebeln, Thymian, Lorbeer, Rosmarin und den Kalbsfond dazu geben und mit Wasser überdecken.

3- Die Möhren klein schneiden und dazu geben.

Jetzt 1h 30 bis 2 Stunden köcheln lassen.

4- Die Champignons klein schneiden, dazu geben, und für 20 Minuten weiter köcheln lassen.

5- Die Sauce :

Der Roux: Die Butter schmelzen lassen und das Mehl dazu rühren.

Dann ein bisschen Milch (oder Brühe vom Fleisch) einrühren und die Masse dann in dem Kochtopf eingeben.

Die Creme : 2 Eigelb mit 3 EL Crème fraîche und etwas Zitronensaft rühren und im letzten Moment (kurz vorm servieren) unterrühren.

Und endlich ist es bereit.
Diese Speise kann man sehr gut einen Tag vorher vorbereiten (ohne die Sauce), und kurz vorm servieren die Champignons und die Sauce verfeinert mit dem „Roux“ und der Crème.

Wir waren nur 4 an diesem Abend aber wir (genauer die Männer) haben die ganze „Blanquette de veau“ aufgegessen!

Es wurde mit Brätchen kräftig ausgetunken …. „Saucer“… und mit einem Sancerre von 1999 genossen.

Ich glaube unseren Freunden hat es geschmeckt und wir werden ihnen bald wieder einladen dürfen, um andere französische Spezialitäten zu genießen.

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de