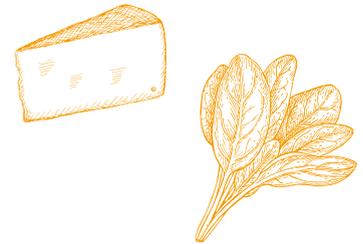


Gefüllte Kalbsschulter mit Spinat und Käse



Zutaten für 4 Personen:

250 g frischer Spinat
Salz, Pfeffer
Muskatnuss, frisch gerieben
80 g Comté, ersatzweise Bergkäse oder Gruyère
800 g Kalbsschulter
2 EL Pflanzenöl
2 EL Dijon-Senf, grobkörnig
100 g Sesamsamen
80 g Butter, in Flöckchen
150 ml Marsala, semisecco, ersatzweise trockener Sherry
2 EL Tomatenmark
ca. 200 ml Kalbsfond



Zubereitung:

- 01** Den Backofen auf 180° Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Spinat waschen, tropfnass in einen Topf geben und bei starker Hitze zusammenfallen lassen. Hitze reduzieren, noch 1–2 Minuten garen, dann sehr gut abtropfen lassen und mit Salz, Muskatnuss und Pfeffer würzen. Den Käse in kleine Würfel schneiden. Die Kalbsschulter trocken tupfen und eine Tasche einschneiden, mit dem Spinat und den Käsewürfeln füllen, das Fleisch mit Küchengarn zusammenbinden und rundum mit Salz und Pfeffer würzen.
- 02** Den Braten in einem Bräter im heißen Öl bei mittlerer Hitze rundherum braun anbraten. Aus dem Bräter nehmen, dünn mit Dijon-Senf einstreichen und im Sesam wälzen. Das Fleisch wieder zurück in den Bräter legen, mit Butterflöckchen belegen, den Marsala und das mit 100 ml Wasser glattgerührte Tomatenmark angießen und im Ofen ca. 30 Minuten schmoren lassen. Ab und zu mit dem Bratensud begießen, dann das Fleisch wenden und in ca. 30 Minuten fertig garen. Dabei immer wieder mit dem Bratensud begießen und nach Bedarf etwas Kalbsfond ergänzen.
- 03** Den Braten aus dem Ofen nehmen und abgedeckt ca. 10 Minuten ruhen lassen. Vor dem Anrichten das Küchengarn entfernen, in Scheiben schneiden, mit dem Bratfond beträufeln und sofort servieren.

Zubereitungszeit: 25 min

Garzeit ca.: 1 h

Ruhezeit ca.: 10 min