



KALBSBRUST / BABY-MAIS / CIMA DI RAPA / FERMENTIERTER KOHL / UMAMI-LACK

Zutaten für 10 Portionen

Kalbsbrust

Kalbsbrust	1.6 kg
getrockneten Kurkuma	30 g
braunen Zucker	50 g
Honig	100 g
Sojasauce	200 g
Koriander, gemahlen	30 g

Baby-Mais

Baby-Mais	300 g
Limette, unbehandelt	2 Stk
Sojasauce	30 ml
Chili, frisch	5 g

Cima di Rapa

Cima di Rapa	250 g
Sojasauce	30 ml
Limette	2 Stk

Fermentierter Chinakohl

Chinakohl	600 g
Salz, zum Marinieren	18 g
Bio Zitrone, Saft und Schale	1 Stk
Apfelessig	20 ml
Wasser	50 g
Knoblauch	10 g
Chili	10 g
Salz, weisser Pfeffer, Yuzu	

Umami-Lack

Teriyaki-Sauce	50 ml
Soyasauce, dunkel	20 ml
Honig	30 g

Zubereitung

Kalbsbrust

Die Kalbsbrust kurz spülen und trocken tupfen. Die restlichen Zutaten miteinander aufkochen und erkalten lassen. Die Kalbsbrust mit der Marinade vakuumieren und im Wasserbad bei 65°C für 22–24 Stunden garen. Herausnehmen, die Hautseite abtupfen und unter einem Salamander langsam knusprig backen. Mit dem Lack bestreichen (siehe Rezept Umami-Lack), in Tranchen schneiden und anrichten.

Baby-Mais

Den Baby-Mais waschen, trocknen und längs halbieren. In einer heißen Pfanne bei höheren Temperaturen anbraten. Aus der Pfanne nehmen und noch warm mit dem Limettensaft, Sojasauce und frischem Chili marinieren. Bis zum Anrichten warm stellen.

Cima di Rapa

Den Cima di Rapa gut waschen, trocknen und in einer heißen Pfanne scharf anbraten. Mit Sojasauce, frischem Koriander und Limettensaft abschmecken. Bis zum Anrichten warm stellen.

Fermentierter Kohl

Den Kohl waschen, Strunk entfernen, salzen und vakuumieren. Mindestens 4 Stunden oder über Nacht ziehen lassen. Anschliessend den Kohl wieder waschen und mit den restlichen Zutaten marinieren. Für mindestens weitere 4 Stunden ziehen lassen. Den Kohl fein schneiden und bis zum Anrichten beiseitestellen.

Umami-Lack

Für den Lack die Teriyaki-Sauce mit der dunklen Sojasauce und dem Honig langsam in einem Topf reduzieren bis eine zähflüssige Masse entsteht. Mit diesem Lack die Kalbsbrust vor dem Schneiden bzw. Servieren bestreichen.

Alles zusammen anrichten und servieren.

