



# Rezepte

## *Kitzkeule – garen mit Niedertemperatur*

für 4 Personen

800 g Kitzkeule (Schale oder andere Einzelteile)  
Salz, Pfeffer  
Öl zum Braten  
Butter  
Suppengemüse: Zwiebel, Karotten, Sellerie  
½ L Kitzfond oder Rinderbrühe

- Fleisch von Haut und Sehnen befreien, würzen und in Öl gut auf allen Seiten anbraten.
- Fleisch auf ein Gitter geben und mit einer Tropfzasse bei 70° C ca. 70 Minuten im Backofen ziehen lassen.
- Die Paruren (Sehnen, Haut) im Bratfett anrösten, etwas klein geschnittene Zwiebel, Karotten, Sellerie mitrösten und mit ½ Liter Kitzfond oder Rinderbrühe aufgießen und auf ¼ Liter langsam einkochen lassen.
- Durch ein feines Sieb seihen, aufkochen lassen, abschmecken und vor dem Anrichten ca. 50 g kalte Butterwürfel einrühren.

Beilagentipps:

Schilcherkraut, alle Arten von Gemüse garnituren, Reis, usw.