



Feine Kalbskoteletts

Kalbskoteletts sorgen in Österreich schon seit mehr als 100 Jahren für Gaumenfreuden. Dieses beliebte Rezept ist einfach und schnell und passt deshalb genauso in unsere Zeit wie an den Hof des Kaisers.

Zubereitung

- Dazu verwendet man das Rippenstück, das man in gleichmäßige Stücke teilt (die Fleischstücke kann man auch beim Metzger bereits geschnitten bestellen).
- Die Rippenbeinchen werden von der Haut befreit und gekürzt, Haut und Faser abgeschnitten und das Fleisch gesalzen und mit Zitronensaft beträufelt.
- Für 4 Stück Koteletts gibt man 10 g Ceres Kokosfett (oder Ceres Soft) in eine Pfanne, gibt etwas feingehackte Zwiebeln dazu- auch Pilze verfeinern den Geschmack.
- Koteletts in die Pfanne geben, zunächst auf der einen Seite und - nachdem sie mit Mehl gestaubt wurden - auf der anderen Seite braten.
- Knoblauchzehen und frische Rosmarinzweige zugeben und fertig braten. Servieren.

Hauptspeisen



20 Minuten



4 Portionen

Zutaten

4 Kalbskoteletts

Salz

Zitronensaft

50 g Ceres 100% Kokosfett

1 Zwiebel fein gewürfelt

100 g Champignons

1 TL Mehl