

## 1/2 Geschmortes Kitz

Dauer: Aufwändig    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Frühling Ostern    Für: 4 Personen



### Zutaten

800 G	Kitzschlögel
2 KG	Kitzfleischteile
400 G	Wurzelgemüse
2	Knoblauchzehen
2	Rosmarinzwige
2	Thymianzwige
3 EL	Tomatenmark
1 L	Rindssuppe
	Salz
	gemahlener Pfeffer

**Verfasst von:** Lungauer Kochwerk

### Zubereitung

1. Kitzteile auf beiden Seiten in heißem Öl anbraten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen.
2. Das grob gewürfelte Gemüse im Bratenrückstand anschmoren.
3. Knoblauch, Kräuterzwige, Tomatenmark und Rindssuppe zugeben und kurz aufkochen.
4. Fleischteile wieder dazugeben und geschlossen bei ca. 180 °C ca. 1,5 Stunden schmoren.  

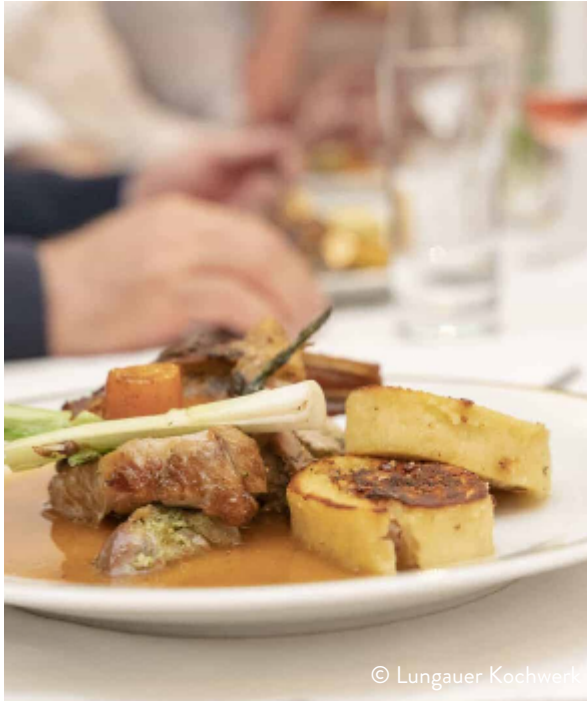
Bei Bedarf während dem Schmoren etwas Suppe nachgießen.
5. Den ausgelösten Schlögel mit Pesto füllen und zubinden, scharf in einer Pfanne anbraten und im vorgewärmte Rohr bei 200 °C braten.

### Info

Frischer Spargel und Polentataler passen herrlich zum Kitzfleisch.

## 2/2 Pesto

Dauer: Aufwändig    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Frühling Ostern    Für: 4 Personen



© Lungauer Kochwerk

### Zutaten

150 G	frische Kräuter
2	Knoblauchzehen
60 G	Sonnenblumenkerne
	Salz
100 ML	kaltgepresstes Rapsöl

**Verfasst von:** Lungauer Kochwerk

### Zubereitung

1. Für das Pesto die frischen Kräuter gründlich waschen und gut abtropfen lassen.
2. Knoblauchzehen, Sonnenblumenkerne oder geröstete Pinienkerne, Salz und hochwertiges heimisches Raps-, oder Sonnenblumenöl mit dem Mixstab fein pürieren.
3. Pesto in ein steriles Glas (250 ml) füllen.