

WENN ES NACH WEIHNACHTEN DUFTET – WIE KALBFLEISCH AUF DER FESTTAGSTAFEL GLÄNZT

Münster, 11.12.2025 – Die Festtage sind der kulinarische Höhepunkt des Jahres – ein Anlass, bei dem Genuss, Qualität und Bewusstsein auf dem Teller zusammenkommen. Während Lichterketten und Kerzen für festliche Stimmung sorgen, darf es auch auf dem Teller festlich und fein zugehen. Für Gastgeber, die Wert auf Qualität und verantwortungsvollen Genuss legen, ist Kalbfleisch die ideale Grundlage für ein besonderes Menü.

„Am festlich geschmückten Tisch Kalbfleisch zu genießen, hat eine lange Tradition. Es bringt eine besondere Eleganz auf den Teller – und eine wohlige Wärme auf den Gaumen. Für mich und meine Familie ist es der Inbegriff von Heimat und Vertrautheit“, erklärt Markus Dammann von der Kontrollgemeinschaft Deutsches Kalbfleisch (KDK). „Ein Kalbsgericht steht für genau das, wonach wir uns an Weihnachten oft am meisten sehnen: Geborgenheit, Geschmack und ein Stück Zuhause.“

Festtagsküche mit Haltung: Genuss beginnt bei der Herkunft

In einer Zeit, in der Verbraucher beim Einkauf mehr Wert auf Regionalität, Tierwohl und Transparenz legen, gewinnt auch beim Festtagsessen die Wahl der Zutaten an Bedeutung. Die Mitgliedsbetriebe der KDK stehen dabei für eine verantwortungsvolle und transparente Produktionsweise. „Wir arbeiten mit Respekt und Transparenz. Das Ergebnis ist nicht nur ein besonders feines Fleisch, sondern auch ein gutes Gefühl beim Einkauf“, erklärt Dammann.

Kalbfleisch ist ein echtes Allroundtalent für die Festtage: zart, feinfaserig, angenehm leicht und dabei vielseitig einsetzbar. Es passt sich nahezu jeder Idee an und harmoniert besonders gut mit saisonalem Gemüse. Ob klassisch, kreativ oder modern serviert: Es hinterlässt Eindruck, ohne dabei zu überladen.

Festlicher Genuss leicht gemacht

Kalbsmedaillons sind eine stilvolle Wahl für die Weihnachtstafel. Sie überzeugen durch ihre feine Struktur und ihren milden Geschmack. In Kombination mit Zutaten wie Kräutern, Pilzen oder frischem Wurzelgemüse entfalten sie ihr volles Aroma.

Doch Kalbfleisch bietet noch viele weitere Möglichkeiten für genussvolle Festtagsgerichte. Ob als raffinierte Vorspeise, traditionell geschmort oder modern interpretiert – die KDK stellt drei beliebte Rezepte vor, die sich ideal für die Festtage eignen:

Rezept für Kalbsmedaillons mit Zitronen-Kartoffelpüree und Morchelsoße

Das zarte Filet lässt sich mühelos in Medaillons portionieren und vielseitig veredeln. Besonders harmonisch wird es in Kombination mit einem Zitronen-Kartoffelpüree und einer aromatischen Morchelsoße.

Zutaten:

Für die Kalbsmedaillons:

- 800 g Kalbsfilet
- Butterschmalz zum Braten
- Salz, Pfeffer

Für das Zitronen-Kartoffelpüree:

- 800 g mehlig kochende Kartoffeln
- 200 ml Milch oder Sahne
- Saft und Schale von 1 unbehandelten Zitrone
- Salz, Pfeffer
- Muskatnuss

Für die Morchelsoße mit Kräutersaitlingen:

- 50 g getrocknete Morcheln
- 200 g Kräutersaitlinge
- 1 Schalotte oder kleine Zwiebel
- 1 Esslöffel Butterschmalz
- 1 Esslöffel Cognac
- 4 Esslöffel Portwein
- 1 Stängel Thymian
- Salz, Pfeffer
- Honig
- eventuell Kalbsfond
- eventuell etwas Speisestärke

Zubereitung:

Das Filet aus dem Kühlschrank nehmen und vor dem Braten mindestens 20 Minuten ruhen lassen.

Für die Soße die Morchel in kaltem Wasser und am besten über Nacht einweichen. Wenn es schneller gehen soll, die Pilze mit warmem Wasser übergießen.

Das Morchelwasser durch einen Kaffeefilter gießen, den Saft auffangen. Die Morchel abspülen.

Schalotte pellen und hacken. Thymian hacken.

Das Butterschmalz in einer Pfanne schmelzen. Kräutersaitlinge darin anbraten. Zwiebeln zufügen. Morchel mit in die Pfanne geben. Mit Portwein und Cognac ablöschen. Thymian zugeben, Morchelwasser oder Kalbsfond zugießen. Die Flüssigkeit köcheln lassen. Für etwas Glanz etwa

1 Esslöffel Honig in die Soße geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eventuell die Soße mit in etwas Morchelwasser angedickter Speisestärke binden.

Für die Medaillons das Filet in etwa 3 bis 4 cm dicke Scheiben schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne, beispielsweise in einer Grillpfanne erhitzen. Die Medaillons darin von beiden Seiten anbraten. Salzen und pfeffern.

Die Medaillons auf dem Zitronenpüree anrichten, mit der Morchelsoße beträufeln und mit Petersilie garnieren.

Rezept für das Vitello

Der Klassiker aus Italien – als raffinierter Start ins Festtagsmenü: feines Kalbfleisch, hauchdünn aufgeschnitten, mit einer cremig-würzigen Thunfisch-Kapern-Sauce.

Zutaten:

- Für die Thunfischsoße:
- 50 g Thunfisch aus der Dose
- 1 El Kapern
- 3 Sardellen Filets
- ½ Zitrone
- 150 g Mayonnaise
- Worcestersauce
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Zucker
- 600 g Kalbfleisch (z. B. Nuss oder Oberschale)
- Suppengrün, Lorbeerblatt, Salz
- 150 g Thunfisch, 3–4 Sardellenfilets
- 2 EL Kapern, 2 Eigelb (hart gekocht)
- 150 ml Olivenöl, Zitronensaft, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Semmelrolle mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Zitrone in Scheiben schneiden. Den Kalbsbraten mit den Zitronenscheiben in einen Kochbeutel geben, vakuumieren und im Sous-Vide-Garer bei 55 °C mindestens 90 Minuten garen.

Thunfisch zerzupfen, Sardellen hacken und zusammen mit den Kapern in einen Rührbecher geben. Die Mayonnaise hinzufügen und mit dem Pürierstab fein pürieren. Anschließend mit Salz, Pfeffer, Olivenöl, Zitronensaft und etwas Worcestersauce abschmecken.

Den Kalbsbraten aus dem Sous-Vide-Garer nehmen, aus der Folie lösen und in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben auf einer Platte anrichten, mit Thunfischsoße beträufeln und bis zum Servieren kaltstellen. Mit Rucola und Kapernäpfeln garnieren und die übrige Soße separat in einem Schälchen reichen.

Rezept für Kalbsbraten mit Zucchini-Kartoffel-Rösti:

Ein Fest für alle Sinne: Zarter Kalbsbraten wird schonend gegart und mit herzhaften Zucchini-Kartoffel-Rösti

serviert – knusprig, aromatisch und perfekt für die Festtagstafel.

Zutaten:

Für den Braten:

- 1,2 kg Kalbsbraten beispielsweise die Kalbsnuss (den Braten am besten beim Metzger aufschneiden lassen)
- 200 g Kalbsbrät (gibt es beim Metzger)
- 1 große Möhre
- 200 g Kalbsfond
- Salz, Pfeffer
- 50 g Bärlauch (außerhalb der Bärlauchzeit frische Spinatblätter und 1 fein gehackte Knoblauchzehe verwenden)
- Butterschmalz zum Anbraten

Für die Soße:

- Wurzelgemüsemischung beispielsweise aus 2 Möhren und 1 Stück Petersilienwurzel oder Pastinake
- 1 Esslöffel Tomatenmark
- 250 bis 500 ml Kalbsfond, Fleisch- oder Gemüsebrühe
- etwa 200 ml Weißwein
- evtl. Speisestärke
- Für die Kartoffelrösti:
- 600 g festkochende Kartoffeln
- 300 g Zucchini
- 3 Eigelb
- Salz, Pfeffer, Muskat
- Speisestärke zum Binden
- Öl zum Braten (beispielsweise Rapsöl)

Zubereitung:

Für den Braten die Möhre schälen, die Enden abschneiden und längs Vierteln. Für die Soße das Wurzelgemüse putzen und grob zerkleinern.

Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen.

Den aufgeschnittenen Braten ausrollen. Mit der Hälfte des Bräts bestreichen. Mit den Bärlauchblättern belegen und das restliche Kalbsbrät darauf verteilen. An einem Ende die Möhrenstifte platzieren. Den Braten von der Seite mit den Möhren aus aufrollen und mit hitzestabilem Küchenband zusammenbinden. Den Braten außen salzen und pfeffern, ins Fleisch einmassieren und in heißem Butterschmalz von allen Seiten kurz anbraten. Herausnehmen.

Im Bratsatz das Wurzelgemüse anrösten. Tomatenmark zugeben und kurz mitschwitzen. Mit Brühe oder Fond ablöschen, mit Weißwein angießen und den Braten ins Gemüse setzen. Ohne Deckel in den Backofen stellen und 90 bis 120 Minuten schmoren lassen. Gar ist der Braten bei einer Kerntemperatur von 70 bis 72 °C.

Etwa 10 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen. Zucchini waschen und aushöhlen. Beides in feine Streifen schneiden. Eier trennen, Eigelb zugeben und verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Speisestärke einrühren, um die Flüssigkeit zu binden.

Den Braten aus dem Ofen nehmen und auf einen Teller legen. Ofen auf 120 °C zurückstellen. Den Braten darin ruhen lassen. Den Bratsatz durch ein Sieb in einen Topf gießen und einköcheln lassen, bis die Soße sämig ist. Falls nötig, mit Stärke abbinden (Stärke in kaltem Wasser anrühren, zur Soße geben, aufkochen lassen). Abschmecken und warmhalten.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und kleine Puffer von jeder Seite etwa 2 Minuten ausbacken.

Den Braten aufschneiden, auf Tellern anrichten, mit Soße begießen und die Rösti dazu platzieren. Mit Petersilie garnieren und die übrige Soße separat reichen.

Alle Rezepte – inklusive ausführlicher Schritt-für-Schritt-Anleitungen und einem begleitenden Zubereitungsvideo mit Metzgermeister und Kalbfleisch-Experte Philipp Büning – finden Sie auf der Website der KDK.

Setzen Sie an den Festtagen auf feinen Geschmack mit Haltung – für ein Menü, das nicht nur kulinarisch begeistert, sondern auch ein Zeichen für bewussten Genuss setzt.

KONTROLLGEMEINSCHAFT DEUTSCHES KALBFLEISCH / BUNDESVERBAND DER KÄLBERMÄSTER:

Schorlemerstr. 15
48143 Münster
Tel.: 0251 – 41751 05
Fax: 0251 – 41751 36
Mail: presse@deutsches-kalbfleisch.de