

Der kulinarische Kanton Tessin – Rezepte

Capretto con fette di polenta - Gitzi mit Mais Schnitten

Gitzi 1 - 2 Stunden vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

Rezepte / Zubereitung

für 4 Personen

Gitzi:

Öl oder Butter zum Anbraten im Bratgeschirr, auf den Herd, heiss werden lassen

1 1/2 kg Gitzi

Schlegel und / oder Laffe

1 Teelöffel Salz Pfeffer aus der Mühle Fleisch würzen, ringsum hellbraun anbraten

2 dl Weisswein dazugiessen

1 Zweig Rosmarin begeben

Braten:

Bratgeschirr ohne Deckel auf die mittlere Rille des auf 200° Grad vorgeheizten

Ofenschieben, Temperatur auf 150° Grad reduzieren. Bratdauer: 60 - 80

Minuten. Fleisch während dieser Zeit zwei- bis dreimal mit Jus begiessen.

Mais - Schnitten:

8 dl Wasser

1 Teelöffel Salz aufkochen

200 g feiner Maisgriess unter Rühren einlaufen lassen, aufkochen,

Hitze reduzieren, ca. 4 Minuten unter Rühren weiterkochen

200 g Margarine oder Butter begeben, 1-2 Minuteniterrühren,

Brei auf gefettetem Backblech ca. 1 cm dick ausstreichen,

auskühlen und in gleichmässige Stücke schneiden

Margarine oder Butter, nach Bedarf in der Bratpfanne warm werden lassen und

Mais-Schnitten goldbraun braten.

Servieren:

Fleisch mit Mais auf vorgewärmte Teller anrichten, etwas Braten-Jus dazugeben.

Mit Salat servieren.

Vorbereiten:

Maisbrei am Vortag zubereiten, ausgestrichen und zugedeckt im Kühlschrank

aufbewahren. Vor dem Essen schneiden und braten.

Tipps:

An Stelle von Gitzi Lamm oder Kaninchen verwenden.

An Stelle von ganzer Schulter oder Schlegel, Voressen - Stücke verwenden.

Bratzeit nach dem Anbraten: 40 Minuten, Temperatur auf 150° Grad.

Mais-Schnitten, anstatt auf dem Herd zu braten, auf eingefettetem Blech neben das Gitzi in den Ofen schieben.