



© Lungauer Kochwerk

**Dauer:** Aufwändig

**Kategorie:** Hauptspeisen

**Saison:** Frühling Ostern

**Für:** 4 Personen

**Verfasst von:** Lungauer Kochwerk

## Zutaten

### Geschmortes Kitz

800 G Kitzschlögel

2 KG Kitzfleischteile

400 G Wurzelgemüse

2 Knoblauchzehen

2 Rosmarinzweige

2 Thymianzweige

3 EL Tomatenmark

---

1 L Rindssuppe

---

Salz

---

gemahlener Pfeffer

---

## Pesto

---

150 G frische Kräuter

---

2 Knoblauchzehen

---

60 G Sonnenblumenkerne

---

Salz

---

100 ML kaltgepresstes Rapsöl

---

## 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, Kräuterzweige, 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 Schlägel mit Pesto füllen und zubinden, scharf in einer Pfanne anbraten und im vorgewärmte Rohr bei 200 °C braten.

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.

Frischer Spargel und Polentataler passen herrlich zum Kitzfleisch.