



**TIPP**  
Das Rezept geht auch  
mit Schweine-, Rind-  
oder Lammfleisch

## Marokkanischer Kalbs-Cassoulet

### Zutaten

- 1 kg Kalbsvoressen
- 500 g Kalbknochen
- 100 g Dörripflaumen
- 500 g Zwiebeln
- 20 g Knoblauch
- 100 g Mandeln
- etwas Petersilie
- 1 x Salz und Pfeffer
- 1 Tl Zimt und Ingwerpulver
- 2 Safranfäden
- 2 El Sesamsamen
- 30 g Olivenöl

### Zubereitung

1. Petersilie hacken
2. Zimt, Ingwerpulver, Safranfäden und Petersilie über Nacht mit dem Fleisch vermengen
3. Die Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden
4. Knoblauch hacken
5. Das Öl in einem Schmortopf erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch, Fleisch und Knochen heiss anbraten
6. Hitze reduzieren und auf kleiner Stufe langsam dünsten
7. Die Dörripflaumen im Wasser mit etwas Zucker und Zimt weich kochen
8. Etwas von diesem Saft zum Fleisch geben
9. Den Sesam in einer Bratpfanne rösten
10. Mandeln in Wasser ca. 20 Minuten kochen, bis sie weich sind
11. Die Mandeln mit Papier gut trocknen und im heißen Öl frittieren
12. Fleisch auf einer Platte anrichten, mit geröstetem Sesam, gekochten Pflaumen und frittierten Mandeln garnieren