

Pastashop24.de

Kalbsfilet niedrig gegart mit Gemüsevariationen, Steinpilz-Ragout und Tagliolini Aglio Peperoncino

Zutaten für 4 Personen:

250g Tagliolini
1 Kalbsfilet am Stück
pilze
etwas Butterschmalz
grobes Salz, Chiligewürz
Fleischthermometer

Steinpilzragout
200g frische Stein-
pilze
glatte Petersilie
gutes Olivenöl
Salz

Rotweinsauce
etwas Butterschmalz
2 Schalotten, 1 Möhre
nen
400ml Kalbsfond
200ml Rotwein
1 Zimtstange

Gemüsevariationen
150g Zuckerschoten
150g Prinzessboh-
nen
2 Möhren
etwas Bohnenkraut
Zucker



Zubereitung:

Gut vorzubereiten: Steinpilz-Ragout, Gemüse zubereiten

Steinpilze vorsichtig säubern, dunkle Stellen wegschneiden und in mittelgroße Stücke schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Pilze rundum sehr scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Frische Petersilie unterrühren. In ein (Weck-)Glas geben, mit Olivenöl auffüllen und ziehen lassen.

Zuckerschoten und Bohnen waschen. Zuckerschoten in Rauten schneiden, Bohnen von den Enden befreien. Möhren schälen und in Julienne-Streifen schneiden. Zuckerschoten in heißem Salzwasser kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Salzwasser erneut erhitzen, etwas Bohnenkraut dazugeben und Bohnen bissfest blanchieren. In Eiswasser abschrecken.

Backofen auf 120°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Kalbsfilet von Sehnen befreien, parieren und mit etwas Salz und Chiligewürz einreiben. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Kalbsfilet von beiden Seiten ca. 1 Min. scharf anbraten. Fleischthermometer von vorne sichtbar in die Fleischmitte schieben, in eine Kasserolle legen und im Ofen niedrig garen, bis eine Kerntemperatur von ca. 58°-60° erreicht ist (medium rosa). Pfanne für die Sauce weiternutzen. Teller zum Vorwärmen in den Ofen stellen.

>>> Seite 2

