

# Kalb-Filet in der Brot-Kruste mit herbstlichem Gemüse

## Für 2 Personen

250 g Kalbsfilet	100 g Kalbsbrät	1 Ciabatta, altbacken
120 g Minikarotten	120 g Erbsenschoten	200 g Romanesco
100 g Rosenkohl	1 Knoblauchzehe	50 g Ingwer
1 unbehandelte Limette	1 Vanilleschote	1 rote Chilischote
100 ml Schlagsahne	50 g Dijonsenf	100 ml Gemüsefond
200 g Butter	1/2 Bund Blattpetersilie	1 Muskatnuss
Olivenöl	Chilisalز	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Gitter auf unterster Schiene mit Abtropfblech hinein schieben.

Das Kalbsbrät mit der Sahne glatt rühren, den Senf hinzufügen und das Ganze mit Salz, Pfeffer und Muskatabrieb würzen. Die Petersilienblätter abzupfen. Die Petersilie kleinhacken und unterrühren. Das Kalbsfilet waschen und trocken tupfen. Die Chilischote längs aufschneiden, entkernen, von Scheidewänden befreien und klein schneiden.

Das Ciabatta längs in dünne Scheiben schneiden und entrinden. Die Scheiben mit Brät bestreichen und ein gleichbreites Stück Kalbsfilet darin einwickeln. In einer Pfanne vier Esslöffel Öl erhitzen und darin das Brot kross anbraten und pro weitere Seite noch mal zwei Esslöffel Öl hinzugeben. Die Stücke im Backofen auf dem Gitter platzieren und etwa 18 Minuten durchziehen lassen.

Für das Gemüse die Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Den Rosenkohl putzen und die Blätter einzeln abziehen. Den Romanesco in einzelne Röschen teilen. Die Erbsenschoten von den Enden befreien. Den Ingwer schälen und fein reiben. Die Limettenschale abreiben. Den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Das Gemüse jeweils alleine in Salzwasser bissfest blanchieren, anschließend in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Die Karotten etwa sechs Minuten, den Romanesco etwa vier und den Rosenkohl zwei Minuten kochen. Das blanchierte Gemüse in einer Pfanne mit dem Gemüsefond erhitzen und mit dem Ingwer, dem Knoblauch, dem Chilisalز und dem Limettenabrieb würzen. Anschließend die übrige Butter mit der Vanilleschote hineingeben und garen lassen. Abschließend die Vanilleschoten wieder entfernen.

Das Kalbsfilet mit dem Gemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Jennifer Hennigs-Töpfer am 04. Oktober 2011