

# Kalb-Filet mit Käse-Spätzle und gedünsteten Zwiebeln

## Für zwei Personen

300 g Kalbsfilet	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	2 Zweige glatte Petersilie	2 Zweige Majoran
50 g mittelalter Gouda	50 g Tilsiter	4 Eier
1 EL Korianderkörner	1 EL Senfsamen	1 Muskatnuss
200 g Mehl	100 ml Kalbsfond	Speisestärke, Pflanzenöl
Butter, Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Öl in der Pfanne erhitzen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und von allen Seiten anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und zum Garen für circa 30 Minuten in den Backofen geben. Die Petersilie und den Majoran zupfen und fein hacken. Die Korianderkörner in einer Pfanne anrösten. Etwas Butter dazugeben. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und mit den Senfsamen in die Pfanne geben. Ein Stück Zitronenschale anschneiden und mit Majoran und Petersilie ebenfalls zugeben. Mit Kalbsfond aufgießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze köcheln lassen. Bei Bedarf mit Speisestärke binden. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Reichlich Butter in einem Topf erhitzen lassen, die Zwiebeln hineingeben und dünsten lassen. Zum Schluss mit Salz würzen. Die Eier mit dem Mehl, einer Prise Salz und etwas Öl zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten, bis dieser leichte Blasen wirft. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Spätzle hinein hobeln. Die fertigen Spätzle abschöpfen. Beide Käsesorten reiben. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Spätzle darin anbraten. Den Käse zugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Sauce durch ein Sieb streichen und zusammen mit dem Kalbsfilet, den Zwiebeln und den Käsespätzle auf Tellern anrichten und servieren.

Rainer Pfandzelter am 18. März 2013