

Kalb-Rücken mit Lauch und Kartoffel-Stroh

Für zwei Personen

250 g Kalbsrücken	10 Stangen Lauch	200 g Kartoffeln
$\frac{1}{4}$ Apfel (Boskop)	160 ml Apfelwein	5 EL Balsamico
150 ml Wasser	500 ml Erdnussöl	3 EL neutrales Pflanzenöl
1 EL Speisestärke	2 EL Zucker	40 g Butter
Muskatnuss	Pfeffer, Salz	

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen. Das Fleisch von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen, in gleich dicke Schieben schneiden und von beiden Seiten scharf anbraten. Das Kalbsfilet für weitere fünf Minuten in den Ofen geben. Die Kartoffeln schälen und in ganz feine Streifen hobeln. Die Kartoffelstreifen abspülen und auf einem Küchenpapier trocknen lassen. Eine Pfanne mit dem Erdnussöl erhitzen und die Kartoffelstreifen darin ausbacken und mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Sobald sie goldbraun sind, aus der Pfanne herausnehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Den Lauch waschen und in feine Streifen schneiden. Das Gemüse in einer Pfanne mit Butter und 100 Milliliter Wasser glasig dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Zucker mit den ersten 60 Milliliter in einer Pfanne karamellisieren. Anschließend mit weiteren 100 Milliliter Apfelwein und dem Balsamico auffüllen und einkochen lassen. Die Speisestärke mit etwa 50 Milliliter kaltem Wasser anrühren, in die Pfanne geben und nochmal aufkochen lassen. Den Sud mit Pfeffer würzen. Den Apfel schälen und von dem Kerngehäuse entfernen. Ein Viertel des Apfels in feine Würfel schneiden und in die Pfanne geben. Alles zusammen nochmal kurz aufkochen lassen. Daraufhin zur Seite stellen und warm halten. Das Kalbsfilet aus dem Ofen nehmen und in gleichgroße Tranchen schneiden. Die glasierten Lauchstangen auf einem Teller anrichten, die Kalbsmedaillons darauf setzen und das Kartoffelstroh auf das Fleisch legen. Das Hauptgericht mit der Apfel-Balsamico-Reduktion beträufeln.

Lukas Golla am 01. August 2013