

Kalb-Geschnetzeltes mit Basmati-Reis und Pilzen

Für zwei Personen

250 g Kalbsfilet	200 g Basmatireis	80 g braune Champignons, klein
1 Stück Ingwer, klein	1 Knolle Knoblauch	1 Eissalat
1 Zwiebel	1 rote Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 Zitrone	100 g Butter	150 ml Schlagsahne
125 ml Crème-fraîche	2 EL Stärkemehl	1 Bund Schnittlauch
150 g Salatkräuter	125 ml trockener Weißwein	200 ml Gemüsefond
200 ml Wasser	200 ml Rinderfond	100 ml Balsamicoessig
2 TL Agaven-Honig	2 EL scharfer Dijonsenf	4 EL Distelöl
2 Nelken	Olivenöl, Chilisalz	Salz, Pfeffer

Die Rinderbrühe mit dem Wasser aufkochen und mit Salz abschmecken. Den Reis und die Nelken anschließend hineingeben und kurz aufkochen lassen. Den Reis zugedeckt bei ausgeschalteter Platte circa 30 Minuten garen. Den Salat abzupfen, waschen und trockenschleudern. Für die Salat-Marinade den Balsamico, den Senf, den Honig und den Zitronensaft verrühren. Die Salatkräuter anschließend dazugeben und das Gemisch mit Salz abschmecken. Den Salat mit der Marinade anmachen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und zunächst längs in circa zwei Zentimeter breite Streifen, dann quer in circa ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Das Kalbsfilet anschließend in etwas Olivenöl beidseitig scharf anbraten, herausnehmen und beiseite stellen. Die Zwiebel abziehen und feinhacken. Hiernach in dem Bratrückstand die Champignons und die Zwiebeln mit einem Teelöffel Butter anschwitzen. Den Wein zugießen und den Sud einreduzieren. Anschließend den Senf einrühren, den Gemüsefond und die Schlagsahne aufgießen. Die Sauce aufkochen. Derweil das Stärkemehl und den Sauerrahm verquirlen und in die Sauce rühren. Das Ganze weitere zwei Minuten köcheln lassen. Das Fleisch in der Soße erwärmen. Den Zitronenabrieb und Zuckercouleur einrühren. Das Kalbgeschnetzeltes mit dem Basmatireis und den Pilzen auf Tellern anrichten und servieren.

Ranheid-Marie Brenter am 31. Oktober 2013