

Kalb-Filet im Kräuter-Mantel, Bandnudeln, Sahne-Soße

Für zwei Personen

300 g Kalbsfilet	100 g Bandnudeln	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Estragon
1 Bund Kerbel	1 Bund Thymian	1 Bund Salbei
1 Bund Bärlauch	50 g Butter	1 EL mittelscharfer Senf
2 EL Olivenöl	150 ml trockener Weißwein	250 ml Kalbsfond
100 ml Sahne	2 EL Schlagsahne	Salz, Pfeffer

Die Schalotten und den Knoblauch abziehen, würfeln und in einem Topf zum Dampfgaren mit dem Öl anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und den Kalbsfond dazugeben. Die Petersilie, den Estragon, den Kerbel, den Thymian, den Salbei und den Bärlauch abzupfen und grob hacken. Auf dem Dünsteinsatz die Hälfte der Kräuter verteilen. Das Kalbsfilet waschen, trocken tupfen, rundherum mit Salz und Pfeffer würzen und auf die Kräuter legen. Den Dünsteinsatz in den Dampfgarer setzen und zugedeckt bei 80 Grad circa 15 bis 20 Minuten garen. Anschließend das Fleisch in Alufolie wickeln und ruhen lassen. Die Bandnudeln in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. Anschließend das Wasser abgießen und die Nudeln in einer Pfanne in der Hälfte der Butter schwenken. Die Kräuter vom Dünsteinsatz zusammen mit der Sahne in den Weißwein-Kalbsfond-Sud geben und etwas einkochen lassen. Die Sauce durch ein feines Sieb in einen Topf gießen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der Schlagsahne und der restlichen Butter aufmixen. Die restlichen Kräuter fein hacken. Das Kalbsfilet auspacken, rundherum dünn mit dem Senf einstreichen und in den gehackten Kräutern wälzen. Das Kalbsfilet im Kräutermantel mit den Bandnudeln und der Kräuter-Sahnesauce auf Tellern anrichten und servieren.

Martin Graw am 29. April 2014