

# Kalb-Filet-Steaks, Erbsen-Risotto, Pilz-Spinat-Pfanne

## Für zwei Personen

|                           |                            |                          |
|---------------------------|----------------------------|--------------------------|
| 1 Kalbsfilet, 500 g       | 200 g Risottoreis          | 200g Babyspinat          |
| 100 g Erbsen, tiefgekühlt | 100 g San-Daniele-Schinken | 100 g getr. Öl-Tomaten   |
| 10 Kräuterseitlinge       | 1 Schalotte                | 1 Zwiebel                |
| 1 Knoblauchzehe           | 1 Zitrone                  | 1 EL Butter              |
| 3 EL Mascarpone           | 30 g Parmesan              | 250 ml Weißwein, halbtr. |
| 1 l Gemüsefond            | 1 Vanilleschote            | 1 Prise Zucker           |
| 1 EL Olivenöl             | getr. Chilis               | Salz, Pfeffer            |

Die Schalotte sowie die Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Eine Zitrone waschen, trocken tupfen, etwas von der Schale abreiben, halbieren und den Saft auspressen. Den Gemüsefond erwärmen, aber nicht aufkochen lassen. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Schalotten sowie die Knoblauchwürfel darin kurz glasig andünsten. Anschließend etwas Zucker drüberstreuen und karamellisieren lassen. Den Risottoreis zugeben und kurz mit andünsten. Im Anschluss leicht salzen und pfeffern und etwas Zitronenabrieb hinzufügen. Mit dem Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Nach und nach den Gemüsefond zugeben, so dass der Reis knapp bedeckt ist, anschließend gut verrühren, bis der Reis al dente ist. Das Kalbsfilet in zwei fingerbreite Steaks schneiden, salzen und pfeffern. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Steaks darin von beiden Seiten kurz scharf anbraten. Ein großes Stück Butter auf die Steaks legen und darauf schmelzen lassen. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen, mit in die Pfanne geben und die Steaks damit begießen. Die getrockneten Tomaten und Kräuterseitlinge waschen und klein schneiden. Den Spinat waschen und trocken schleudern. Eine Pfanne mit dem Olivenöl erhitzen und die Pilze darin anbraten. Die Zwiebel abziehen, in dünne Ringe schneiden und zusammen mit dem Spinat zu den Pilzen geben. Die Tomaten zufügen, erwärmen und mit dem Salz und dem Pfeffer würzen. Den Schinken in kleinere Streifen schneiden, in die Pilzpfanne geben und kross braten. Ein wenig Butter zugeben und mit dem Gemüse vermischen, anschließend mit dem übrigen Weißwein ablöschen. Zum Schluss den Parmesan hobeln. Die Erbsen unter das Risotto rühren, einige Butterflocken und die Mascarpone einrühren, nach Bedarf mit getrockneten Chilis aus der Mühle und dem Zitronensaft abschmecken. Das Kalbsfiletsteak mit dem Erbsenrisotto und den Pilzen auf einem Teller anrichten, anschließend etwas Parmesan darüber geben und servieren.

Patrick Wöckel am 26. Mai 2014