

# Kalb-Filet mit Pancetta, Weißwein-Soße, Orangen-Möhren

**Für zwei Personen**

**Für das Kalbsfilet mit Pancetta:**

4 Kalbsfilets, à 200 g	4 dünne Scheiben Pancetta	1 Zehe Knoblauch
2 Schalotten	1 EL Butter	150 ml trockener Weißwein
10 ml Noilly Prat	1 TL Mehl	4 Blätter Salbei
1 Vanilleschote	Ingwer, Sahne, Olivenöl	Salz, Pfeffer, Puderzucker

**Für die Orangen-Möhren:**

200 g kleine Möhren	2 Zehen Knoblauch	1 Orange
1 EL Butter	1 TL Honig	$\frac{1}{2}$ Bund frischer Thymian
1 Prise Kreuzkümmel	1 TL Zucker	Salz, Pfeffer

**Für die Drillinge:**

300 g festk. Drillinge	1 TL mittelscharfer Senf	1 TL Honig
1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone	1 Zweig Rosmarin
Olivenöl, Salz, Pfeffer		

Für die Thymian-Orangen-Möhren und die Drillinge je einen Topf mit Wasser und einer Prise Salz erhitzen. Den Ofen bei 120 Grad Umluft vorheizen. Die Drillinge in das Wasser geben und weichkochen. Für das Kalb eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Den Knoblauch abziehen. Den Pancetta kross anbraten, auslassen und anschließend aus der Pfanne nehmen. Die Kalbsfilets von beiden Seiten in der Pfanne anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen. Die Schalotten kleinhacken, den Knoblauch reiben und in die Pfanne mit dem Bratensatz geben. Dann mit dem Weißwein und dem Noilly Prat ablöschen. Den Salbei feinhacken, den Ingwer in Scheiben schneiden, die Vanilleschote auskratzen und alles in den Sud geben. Etwas Sahne dazugeben, mit Butter und Mehl abbinden und mit Salz, Pfeffer und Puderzucker abschmecken. Die Kalbsfilets zurück in die Pfanne geben. Den Pancetta klein schneiden und über das Kalb geben. Für das Gemüse einen Topf mit Butter und Honig erhitzen. Die Möhren schälen, das Grün aber nicht abschneiden. Die Orange schälen und achteln. Den Knoblauch abziehen und mit dem Zucker und dem Thymian in den Topf geben und fünf Minuten garen. Die Flüssigkeit abgießen und die Möhren in eine Auflaufform geben. Den Knoblauch und die Orangenstücke mit einer Gabel zerdrücken und auf die Möhren legen. Mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen. Anschließend für zehn Minuten im Ofen garen. Für die Kartoffeln den Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Den Senf mit dem Honig und dem Knoblauch vermengen. Den Saft der Zitrone auspressen. Den Rosmarin feinhacken. Das Dressing mit Rosmarin, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die heißen Kartoffeln etwas andrücken, in die Marinade einlegen und drei Minuten ziehen lassen. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Drillinge anbraten. Das Kalbsfilet mit dem Pancetta, den Thymian-Orangen-Möhren und den Drillingen auf Tellern anrichten. Mit der Sauce garnieren und servieren.

Kathrin Weisenstein am 06. November 2014