

Kalb-Filet mit Kartoffel-Risotto und Bohnen-Pilz-Gemüse

Für zwei Personen

Für das Kalbsfilet:

500 g Kalbsfilet 2 EL Butterschmalz Meersalz, Pfeffer

Für das Risotto:

300 g vorw. festk. Kartoffeln 4 Schalotten 100 g Parmesan
1 schwarzer Trüffel 200 ml trockener Weißwein 200 ml Gemüsefond
100 ml Sahne 4 EL Olivenöl Salz, Pfeffer

Für das Bohnen-Pilz-Gemüse:

100 g Prinzessbohnen 100 g Pfifferlinge 100 g Kräuterseitlinge
1 Schalotte 1 EL Butter 4 Zweige Bohnenkraut
1 EL Olivenöl Zucker, Meersalz, Pfeffer

Den Ofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Das Kalbsfilet von Sehnen befreien und von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin bei starker Hitze rundherum scharf anbraten. Das Fleisch herausnehmen und im Ofen 20 Minuten rosa garen. Für das Risotto die Kartoffeln schälen und in fünf Millimeter große Würfel schneiden. Die Schalotten abziehen und ebenfalls fein würfeln. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalottenwürfel darin bei mittlerer Hitze drei Minuten glasig anschwitzen. Die Kartoffelwürfel hinzugeben und drei Minuten mit anbraten. Mit dem Weißwein ablöschen, den Gemüsefond angießen und das Ganze unter ständigem Rühren zehn Minuten cremig einkochen. Für das Bohnen-Pilz-Gemüse einen Topf mit Salzwasser erhitzen. Die Bohnen und die Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Bohnen in kochendem Salzwasser fünf Minuten bissfest garen. Anschließend mit einem Schaumlöffel herausheben, sofort mit Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Die Bohnenkrautblättchen abzupfen und fein hacken. Die Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalottenwürfel darin bei mittlerer Hitze drei Minuten glasig anschwitzen. Die Bohnen und die Pilze dazugeben und drei Minuten braten. Das gehackte Bohnenkraut unterheben und das Gemüse mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss die Butter in die Pfanne geben und alles noch einmal durchschwenken. Die Sahne zu den Kartoffeln geben und den Parmesan reiben. Vier Esslöffel Parmesan unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Kalbsfilet ruhen lassen und anschließend in Scheiben schneiden. Die Trüffel mit einem Trüffelhobel in hauchdünne Scheiben hobeln und einige Scheiben beiseitelegen. Die restlichen Scheiben in sehr feine Würfel schneiden und das Kartoffel-Risotto damit abschmecken. Das Kalbsfilet mit getrüffeltem Kartoffel-Risotto und Bohnen-Pilz-Gemüse auf Tellern anrichten und mit den restlichen Trüffelscheiben garniert servieren.

Sarah Bokop am 08. Dezember 2014