

Kalb-Filet im Serrano-Mantel unter Ziegenkäse-Haube

Für zwei Personen

Für das Kalbsfilet:

300 g Kalbsfilet	50 g Serranoschinken	75 g Ziegenfrischkäse
1 Scheibe Weißbrot	1 EL Kürbiskerne	1 EL Kürbiskernöl
Butterschmalz	Salz	schwarzer Pfeffer

Für die Kartoffeln:

8 Drillinge	1 Zweig Rosmarin	Butter
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Für die Paprikasauce:

2 rote Paprika	1 Zwiebel	100 ml Kalbsfond
Butter, zum Schwenken	Salz	schwarzer Pfeffer

Für die Prinzessbohnen:

150 g Prinzessbohnen	1 kleine Zwiebel	2 EL Sahne
1 Zweig Thymian	1 Muskatnuss	Butter, zum Schwenken

Für das Kalbsfilet den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Kartoffeln und die Bohnen je einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Für das Kalbsfilet den Ziegenfrischkäse durch ein Sieb drücken, sodass eine homogene Masse entsteht. Die Kürbiskerne fein hacken. Vom Weißbrot die Ränder abschneiden und in einem Mixer zerkleinern. Den Ziegenfrischkäse dazugeben und mit Pfeffer, den Kürbiskernen und dem Kürbiskernöl würzen.

Das Kalbsfilet waschen und trockentupfen. Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen. Den Serranoschinken in dünne Streifen schneiden. Das Filet in gleichmäßig große Medaillons schneiden und den Rand mit dem Serranoschinken umwickeln. Die Medaillons von beiden Seiten in der Pfanne scharf anbraten und im Ofen zwölf Minuten garen lassen.

Für die Paprikasauce die Paprika waschen, putzen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Zwiebelwürfel in einem kleinen Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen. Die Paprika zugeben und mit dem Kalbsfond aufgießen. Bei mittlerer Hitze etwa zehn Minuten köcheln lassen. Anschließend mixen und durch ein Sieb passieren. Mit Pfeffer, Salz und etwas Butter nochmals aufschäumen und beiseite stellen.

Für die Rosmarinkartoffeln die Kartoffeln schälen und im kochenden Wasser bissfest garen. Anschließend in etwas Olivenöl leicht anbraten. Den Rosmarin abzupfen, fein hacken und mit etwas Salz und Butter ebenfalls mit anbraten.

Die grünen Bohnen im kochenden Wasser bissfest garen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Den Thymian abzupfen und ebenfalls fein hacken. Beides in etwas Butter andünsten und mit Sahne und ein wenig Abrieb der Muskatnuss aufkochen lassen. Die Bohnen nach dem Kochen in feine Streifen schneiden, dazugeben und bei kleiner Hitze warmhalten.

Die Ziegenfrischkäse-Masse auf die Kalbsmedaillons setzen und mit einem Bunsenbrenner goldbraun rösten.

Das Kalbsfilet im Serrano-Mantel unter Ziegenhaube mit roter Paprikasauce und Rosmarinkartoffeln und Prinzessbohnen auf Tellern anrichten und servieren.

Patrick Meyer am 06. Mai 2015