

Kalb-Filet, Portwein-Soße, Möhren, Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für das Kalbsfilet:

600 g Kalbsfilet am Stück	14 Scheiben Bacon	2 Thymianzweige
Butterschmalz	Salz	Pfeffer

Für die Möhren:

4 gleichgroße Möhren	200 ml Gemüesfond	1 TL Zucker
3 EL Butter	Salz	

Für das Kartoffelpüree:

6 mehligk. Kartoffeln	100 g Butter	200 ml Milch
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für die Portweinsauce:

1 rote Zwiebel	200 ml Portwein	200 ml Rotwein
150 ml Kalbsfond	Butterschmalz	Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie

Für das Kalbsfilet im Speckmantel:

Den Ofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Kalbsfilet waschen, trocken tupfen und leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Bacon umwickeln und kurz in einer Pfanne mit Butterschmalz scharf anbraten. Anschließend das Fleisch mit Thymianzweigen im Backofen auf eine Kerntemperatur von 54 Grad bringen. Nach Erreichen der Kerntemperatur ca. 3 Minuten ruhen lassen, zum Schluss in Scheiben schneiden.

Für die Möhren:

Die Möhren schälen und in Rauten schneiden. Gemüesfond erhitzen und die Möhren ca. 10 Minuten darin köcheln lassen. Butter in einer weiteren Pfanne erhitzen, die Möhren mit Zucker dazugeben und darin glasieren. Mit Salz abschmecken.

Für das Kartoffelpüree:

Die Kartoffeln schälen und ca. 15 Minuten in Salzwasser garen. Abgießen und mit Milch, Muskat und Butter vermengen. Mit einem Handrührgerät mixen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für die Portweinsauce:

Für die Sauce Zwiebel abziehen, kleinschneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz leicht anbraten. Kalbsfond, Portwein und Rotwein angießen und reduzieren lassen. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Petersilie waschen, abbrausen und klein hacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.

Beate Rettberg am 16. September 2019