

Kalb-Filet, Rote-Bete-Kartoffelpüree, Meerrettich-Soße

Für zwei Personen

Für das Tatar:

2 Matjesfilets, à 50-100 g	1 rote Zwiebel	1 Zitrone
$\frac{1}{2}$ Bund frischer Dill	2 EL Rapsöl	Salz, Pfeffer

Für das Kalbsfilet:

2 Kalbsfilets, à 100 g	Rapsöl	1 EL Butter
Salz	Pfeffer	

Für das Püree:

200 g mehligk. Kartoffeln	1 vorg. Rote Bete	1 rote Chilischote
1 Knoblauchzehe	50 g Butter	50 ml Rote-Bete-Saft
1 Stück Ingwer	1 Lorbeerblatt	1 Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

1 frischer Meerrettich	1 Schalotte	1 Zitrone
50 g kalte Butter	50 ml Sahne	50 ml Kalbsfond
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1 TL Stärke	Salz, Pfeffer

Für das Ei:

2 Wachteleier	Öl	Salz, Pfeffer
---------------	----	---------------

Für die Rote Bete:

1 rote Bete	1 frischer Meerrettich	1 TL Rapsöl
Salz		

Für die Garnitur:

3 Stängel Schnittlauch

Für das Tatar:

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Die Matjesfilets waschen, trockentupfen und fein würfeln. Zwiebel abziehen, fein würfeln und zusammen mit den Matjes-Würfeln in eine Schüssel geben. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Matjes-Zwiebel-Mischung mit etwas Zitronensaft und Öl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Dill abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unter das Tatar geben.

Für das Kalbsfilet:

Kalbsfilet waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Filet von allen Seiten in etwas Öl scharf anbraten, danach in den Ofen geben.

Sobald eine Kerntemperatur von 60 Grad erreicht ist, aus dem Ofen nehmen. Butter erwärmen und Fleisch kurz durch die Butter schwenken.

Für das Püree:

Lorbeerblatt abzupfen. Ingwer waschen und eine Scheibe abschneiden.

Chili waschen, trockentupfen und anschneiden. Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und zusammen mit dem Lorbeerblatt, der Chilischote, der Ingwerscheibe und der Knoblauchzehe in Salzwasser weichkochen. Wasser abgießen, Lorbeerblatt, Ingwerscheibe, Knoblauchzehe und Chilischote entfernen und Kartoffeln ausdampfen lassen. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Rote Bete würfeln und mit Butter und Rote-Bete-Saft zu den Kartoffeln geben. Alles fein zerstampfen und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce:

Schalotte abziehen und die Hälfte klein würfeln. Die Schalotten-Würfel im Bratensatz des Kalb-

filets mit 10 g Butter anschwitzen, mit Kalbsfond ablöschen und auf die Hälfte reduzieren. Restliche Butter hinzufügen, mit dem Stabmixer unterrühren und ggfs. mit etwas in kaltem Wasser angerührter Stärke abbinden. Meerrettich schälen, reiben und auch in die Pfanne geben. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Sauce mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer verfeinern. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, fein schneiden und der Sauce beimengen.

Für das Ei:

Wachteleier mit etwas Öl in einer beschichteten Pfanne braten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Rote Bete:

Rote Bete schälen und in dünne Scheiben hobeln. Scheiben in einer Pfanne mit etwas Öl knusprig ausbacken. Meerrettich schälen und reiben.

Rote Bete mit Salz und etwas Meerrettich würzen.

Für die Garnitur:

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, grob hacken und über das Gericht streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Dirk Schmidt am 20. Januar 2020