

Kalb-Filet, Rote Bete, Limettenblatt-Salsa, Joghurt

Für zwei Personen

Für die Hasselback-Rote-Bete:

6 mittlere, vorgek. rote Beten	1 Knoblauchzehe	4 cm Ingwer
1 Limette, davon Saft	5 Kaffirlimettenblätter	90 g Butter
100 ml Olivenöl		

Für das Kalbsfilet:

2 Kalbsfilets à 200 g	Olivenöl	Salz
-----------------------	----------	------

Für die Kaffirlimettenblatt-Salsa:

10 Kaffirlimettenblätter	2 cm Ingwer	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ grüne Chili	2 Zweige Koriander	3 EL Olivenöl

Für die Joghurtcreme:

50 ml Sahne	90 g griech. Joghurt
-------------	----------------------

Für die Hasselback-Rote-Bete:

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen zweiten Backofen auf 80 Grad ober-/Unterhitze vorheizen.

Rote Bete abtropfen lassen und zwischen zwei Kochlöffel legen. Ca. 12- 14 Mal quer einschneiden, sodass die Rote Bete Fächer bekommt. Auf einem Blech mit Backpapier soweit wie möglich auseinanderziehen, sodass die Zwischenräume größer werden. Für ca. 25 Minuten in den 200 Grad heißen Ofen schieben.

Knoblauch abziehen und pressen. Ingwer schälen und reiben. Limette halbieren und Saft auspressen.

Butter, Olivenöl, Kaffirlimettenblätter, Ingwer und Knoblauch in eine kleine Kasserolle geben und bei mittlerer Hitze ca. 4 Minuten erwärmen. 10 Minuten ziehen lassen, dann abseihen und mit 2 Esslöffel Limettensaft und Salz abschmecken. Butter-Mischung auf rote Beten träufeln, die Rillen vorsichtig auseinander ziehen. Vorgang wiederholen, bis die Kanten der roten Bete knusprig sind.

Für das Kalbsfilet:

Fleisch salzen und von allen Seiten in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten. Anschließend in den 80 Grad warmen Backofen geben und nachziehen lassen.

Für die Kaffirlimettenblatt-Salsa:

Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blätter zupfen und fein hacken.

Knoblauch abziehen und mit dem Messer zerdrücken. Ingwer schälen und fein reiben. Chili waschen, längs halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein schneiden. Limettenblätter klein schneiden.

Alles zusammen mit Olivenöl in einem Multizerkleinerer zu einer Salsa verarbeiten.

Für die Joghurtcreme:

Sahne zu einem weichen Schaum schlagen und mit Joghurt vermengen.

Isabella Farnleitner am 30. Januar 2023