

Kalb-Filet mit Pfifferlingen und Rucola

Für 4 Personen

150 g Rucola	300 g Pfifferlinge	4 Medaillons vom Kalbsfilet a 120 g
Salz, Pfeffer	6 EL Olivenöl	12 Kirschtomaten
1/2 Bund glatte Petersilie	3 Zweige Thymian	1 Limette
1 Schalotte	1 EL Butter	2 EL Balsamico
150 ml Kalbssoße	alter Balsamico	

Den Backofen auf 140 Grad (Umluft 120 Grad) vorheizen. Rucola abspülen und trocken schütteln. Die Pfifferlinge mit einem Küchenmesser und Küchenkrepp sauber putzen. Das Kalbsfilet mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten. Die Filets auf ein Backofengitter setzen und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten rosa garen. Kirschtomaten waschen und vierteln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen vom Zweig abstreifen. Von der Limette den Saft auspressen. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, Pfifferlinge zugeben und anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen und zum Schluss die fein geschnittene Petersilie und den Limettensaft unterziehen. Balsamico und 4 EL Olivenöl in eine Schüssel geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Dressing zum Rucola geben und gut miteinander vermischen. Tomatenhälften unterheben. Kalbssauce in einem Topf erwärmen. Rucolasalat auf Tellern anrichten, das rosa gebratene Kalbsfilet darauf setzen und die Pfifferlinge auf das Kalbsfilet und um den Rucola herum geben. Kalbssauce auf das Filet träufeln, nach Geschmack noch mit einem alten Balsamico beträufeln. Dazu passt sehr gut geröstetes Baguette.

Karlheinz Hauser Montag, 4. Juli 2011