

Frikandeau vom Kalb mit Apfel-Kompott und Kartoffel-Püree

Für 4 Personen

Für das Frikandeau:

800 g Unterschale vom Kalb	1 EL scharfer Senf	Meersalz
2 EL Olivenöl	100 g Speckschwarte	4 Knoblauchzehen
5 Wachholderbeeren	7 schwarze Pfefferkörner	500 ml Rotwein
200 ml Portwein	2 Karotten	1 Zwiebel
2 Stangen Staudensellerie	500 ml Kalbsjus	1 Stängel Minze
2 Stängel Kerbel, Koriander	1 TL Speisestärke	50 g Butter

Für das Apfelkompott:

4 Äpfel	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Minze
150 g Zucker	125 ml Weißwein	

Für das Kartoffelpüree:

400 g Kartoffeln, mehlig	Salz	100 ml warme Milch
2 EL Butter	1 Prise Muskatnuss	1 EL geschlagene Sahne

Für das Frikandeau:

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3) Fleisch mit Senf einstreichen, salzen und in einem Schmortopf mit Olivenöl anbraten. Speckschwarte dazugeben. Knoblauch mit der Schale andrücken und mit Wachholderbeeren und Pfefferkörner zum Fleisch geben. Rotwein und Portwein angießen. Fleisch zugedeckt in den vorgeheizten Ofen geben und schmoren. Karotten, Zwiebel und Sellerie schälen und in 2 cm kleine Stücke schneiden und nach 45 Minuten Schmorzeit zum Fleisch geben, Kalbsjus angießen und alles zugedeckt noch ca. 1,5 Stunden garen. Minze, Kerbel und Koriander waschen, trocken schütteln, fein hacken Das weichgarte Frikandeau aus der Sauce herausheben, in 2 cm dicke Scheiben schneiden und warm stellen. Die Sauce passieren, etwas einkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Stärke mit 1 EL Wasser glatt rühren, unter die Sauce mischen und aufkochen. Kalte Butter unter die Sauce montieren, Kräuter untermischen und die Sauce abschmecken. Für das Apfel-Kompott Die Äpfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Rosmarin und Minze waschen, trocken schütteln, jeweils einen Zweig in einen Teebeutel füllen, den Rest fein hacken. Den Zucker in einer Pfanne leicht karamellisieren lassen und mit Weißwein ablöschen. Die Äpfel und den Teebeutel mit der Minze und dem Rosmarin dazugeben. Mit Deckel abdecken und 10 Minuten langsam kochen lassen. Das Kräutersäckchen entfernen. Äpfel im Mixer grob pürieren. Die fein geschnittene Minze und den Thymian untermischen. Warm stellen. Für das Kartoffelpüree Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Abgießen und zweimal durch eine Kartoffelpresse pressen. Die Milch erwärmen. Die Butter in einem Topf hellbraun schmelzen. Die warme Milch und geschmolzene Butter untermischen, solange die Kartoffeln heiß sind. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken und die geschlagene Sahne untermischen. Das Kartoffelpüree als Kreis mit einem Durchmesser von 10 cm in die Mitte des Tellers geben. 2 Scheiben Frikandeau mittig auf das Püree legen. Mit Sauce überziehen und das Apfelkompott dazu reichen. Dazu passt glaciertes Wurzelgemüse.

Jörg Sackmann 23. Oktober 2012