

Kalb-Medaillons mit Grünkohl und Kürbis-Paprika-Soße

Für 2 Personen

3 Medaillons vom Kalbfilet, 3 cm	300 g Grünkohl	1 rote Paprikaschote
150 g Muskatkürbis	125 ml Geflügelfond	1 Knoblauchzehe
20 g Ingwer	1/4 TL Kurkuma	1 Msp. Räucherpaprika
1 Prise Zimtrinde	1 TL Öl	2 EL braune Butter
40 g kalte Butter	mildes Chilisalz	Salz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Auf die unterste Schiene ein Ofengitter und darunter ein Abtropfblech schieben. Die Kalbsmedaillons waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne in wenig Öl bei mittlerer Hitze rundherum anbraten. Anschließend auf das Ofengitter legen und im vorgeheizten Backofen 30 Minuten rosa durchziehen lassen. Die Paprikaschote waschen, vierteln, entkernen, entstrunken und mit einem Sparschäler schälen, anschließend klein schneiden. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und eine Scheibe abschneiden. Den Kürbis und die Paprika in dem Geflügelfond mit Knoblauch und der Ingwerscheibe in einem Topf etwa 20 Minuten knapp unter dem Siedepunkt weich garen. Anschließend das Kurkuma, Räucherpaprika und Zimt hinzufügen, die Soße pürieren, die kalte Butter einmixen und salzen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Den Grünkohl waschen, die feinen Blätter von den harten Blattrippen zupfen, in dem Salzwasser etwa vier Minuten fast weich kochen, auf einem Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. In einer Pfanne die braune Butter erwärmen, mit dem Chilisalz würzen und die Kalbsmedaillons darin wenden. Die Kalbsmedaillons mit dem Grünkohl und der Kürbis-Paprika-Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 25. November 2011