

Kalb-Medallions mit Petersilien-Zitronen-Pesto

Für zwei Personen

400 g Kalbsfilet	150 g Zuckerschoten	4 Stangen weißer Spargel
4 Stangen grüner Spargel	4 Stangen Frühlingslauch	8 Kirschtomaten
1 Zitrone	1 weiße Zwiebel, klein	2 EL Mandelblättchen
1 EL Butter	Estragon-Essig	1 EL Olivenöl
150 ml kaltgepresstes Rapsöl	250 ml Geflügelfond	1/2 Bund Thymian
1 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Kerbel	Zucker
schwarzer Pfeffer, Meersalz		

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Kalbsfilet waschen, trocken tupfen und in Medallions scheiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit dem Olivenöl von beiden Seiten abraten. Anschließend auf ein Backgitter in die Mitte des Ofens geben und für circa 20 Minuten rosa garen. Schale von der Zitrone reiben. Die Petersilie zupfen und vom Kerbel grobe Stiele abschneiden. Beides mit den Mandelblättchen sowie dem Zitronenabrieb und dem kaltgepresstem Rapsöl zu einem sämigen Pesto mixen. Das Ganze mit etwas Meersalz abschmecken. Einen Topf mit leicht gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Den weißen und den grünen Spargel schälen. Jeweils das untere Drittel abschneiden und beiseite legen. Vom Frühlingslauch die äußere Schicht abziehen, die Wurzel abschneiden und das größere Grün ebenfalls abschneiden und beiseite legen. Den Spargel, den Lauch sowie die Zuckerschoten nacheinander in dem Topf pochieren. Anschließend im Eiswasser abschrecken. Nun die Tomaten kurz in das kochende Wasser tauchen und ebenfalls im Eiswasser abschrecken. Anschließend die Haut abziehen. Die Zwiebel abziehen, in feine Würfel schneiden und in einem flachen Bräter anschwitzen. Anschließend mit dem Geflügelfond auffüllen, aufkochen und den Estragon-Essig hinzugeben. Das Ganze mit einer Prise Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Nun das Gemüse in den heißen Fond legen, beiseite ziehen und circa 15 Minuten marinieren. Anschließend das Grüne vom Frühlingslauch in feine Scheiben schneiden und in die Marinade geben. Kurz vor dem Servieren den Thymian mit der Butter in einer Pfanne aufschäumen. Das Kalbsfilet aus dem Ofen nehmen, hineingeben und zwei Minuten in der aufschäumenden Thymian-Butter aromatisieren. Zum Anrichten das Gemüse aus dem Sud heben und kurz abtropfen lassen. Die Kalbsmedallions mit dem Petersilien-Zitronen-Pesto und dem mariniertem Frühlingsgemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Alexander Herrmann am 11. Mai 2012