

# Gefülltes Kalb-Filet auf pfeffrigen Orangen-Perlgraupen

## Für zwei Personen

2 Kalbsfilet-Medaillons à 250 g	2 Scheiben Bacon	80 g Perlgraupen
4 Bio-Orangen	4 getrocknete Aprikosen	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	20 g Macadamianüsse	1 TL Currypulver
1 cm Ingwerwurzel	1/2 Bund Schnittlauch	40 g Butter
1 EL Butterschmalz	300 ml Gemüsefond	50 ml Sahne
1 TL schwarze Pfeffermischung	Chili, Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Die Medaillons waschen, trocken tupfen und in der Mitte einschneiden, so dass eine Tasche entsteht. Die Aprikosen und die Macadamianüsse klein hacken, mit einem halben Teelöffel Curry, fein geriebenem Ingwer und 20 Gramm Butter verkneten. Die Füllung in die Tasche der Medaillons füllen und das Fleisch mit je einer Scheibe Bacon umlegen. Mit Küchengarn fixieren, so dass die Öffnung gut verschlossen ist. Die gefüllten Kalbsfiletstücke salzen und pfeffern und in einer Grillpfanne im heißen Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Im Backofen 15 Minuten gar ziehen lassen. Anschließend das Küchengarn entfernen. Für die Perlgraupen eine Orange heiß abspülen, trocknen und die Schale fein abreiben. Alle Orangen so schälen, dass die gesamte weiße Haut entfernt ist. Die Filets heraustrennen, den Saft dabei auffangen. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen. Die Schalotten und eine halbe Knoblauchzehe klein schneiden. Die restliche Butter in einem Topf erhitzen, die Schalotten, den Knoblauch und die Perlgraupen darin ohne Farbe anschwitzen. Mit dem Orangensaft ablöschen und unter Rühren von den Perlgraupen aufnehmen lassen. Nach und nach Gemüsefond zugeben, dabei gelegentlich Rühren und die Graupen weich kochen. Die Graupen mit einem halben Teelöffel Pfeffermischung, Salz und Chili aus der Gewürzmühle abschmecken. Zuletzt die Orangenfilets unterheben. Die Sahne schlagen und unter die Graupen heben. Die Orangen-Graupen auf Tellern anrichten und die Kalbsfiletscheiben darauf anrichten. Mit fein geschnittenen Schnittlauchröllchen garnieren und servieren.

Johann Lafer am 06. Juli 2012