

Pochiertes Kalbsfilet, Champignon-Gnocchi, Parmesan-Fond

Für 2 Personen

Für das Kalbsfilet:

2 Kalbsfilets à 250 g	$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Estragon	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Gnocchi:

250 g mehligte Kartoffeln	150 g Champignons	1 Ei
50 g Kartoffelstärke	50 g Mehl	Olivenöl
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für den Parmesanfond:

250 g Parmesan	1 TL Butter	150 ml Sahne
100 ml Gemüsefond	1 Prise Cayennepfeffer	Salz

Das Kalbsfilet mit etwas Olivenöl einreiben und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Die Kräuter waschen, von den Stängeln zupfen und fein hacken. Das Fleisch darin wälzen bis es vollkommen ummantelt ist. Das Fleisch in Klarsichtfolie fest einrollen und an den Enden Luftdicht verschließen. Das Filet im Wasserbad oder Sous-vide-Becken bei einer Wassertemperatur von 90 Grad circa zwölf Minuten pochieren.

Für die Gnocchi die Kartoffeln in Salzwasser gar kochen, abgießen und kurz ausdämpfen lassen. Das Ei trennen und das Eigelb mit Kartoffelstärke und Mehl zu einem homogenen Teig verrühren. Mit Salz und etwas Muskatabrieb würzen. Den fertigen Teig zu einer Rolle formen und kleine Gnocchischeiben abschneiden. In Salzwasser circa eine bis zwei Minuten kochen und abseihen.

Die Champignons putzen und in etwas Olivenöl scharf anbraten. Eine Knoblauchzehe schälen und andrücken. Die angedrückte Knoblauchzehe zu den Champignons in die Pfanne geben. Anschließend die Gnocchi dazu geben und zusammen mit den Champignons durchschwenken und kurz anbraten.

Für den Parmesanfond den Fond und die Sahne zusammen kurz aufkochen. Den Parmesan reiben und dazu geben. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken und ein paar Minuten stehen lassen, bis sich eine feste Käsemasse am Boden der Pfanne abgesetzt hat. Den Saft ohne die Käsemasse in ein hohes Gefäß abschöpfen und mit etwas Butter mit einem Pürierstab aufschäumen.

Das pochierte Kalbsfilet und die Champignongnocchi mit dem luftigem Parmesanfond anrichten und servieren.

Alexander Kumptner am 04. März 2016