

Kalb-Filet, Kohlrabi, Champignons und Kartoffel-Würfel

Für zwei Personen

Für das Kalbsfilet:

1 Kalbsfilet à 250 g	2 Scheiben Tramezzini-Brot	100 g Kalbsbrät
1 Zitrone, Abrieb	10 g Spinatblätter	2 EL Sahne
$\frac{1}{2}$ TL Dijon-Senf	4 Zweige Basilikum	4 Zweige Dill
4 Zweige Kerbel	4 Zweige glatte Petersilie	mildes Chilusalz
1 Muskatnuss	2 EL Ghee	Salz

Für den Kohlrabi:

2 kleine Kohlrabi	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	150 ml Gemüsefond
3 EL kalte Butter	4 EL Sahne	1 TL Stärke
1 Muskatnuss	3 Zweige glatte Petersilie	mildes Chilusalz

Für die Pilze:

100 g kleine Champignons	1 TL kalte Butter	2 TL Ghee
mildes Chilusalz		

Für die Kartoffelwürfel:

400 g festk. Kartoffeln	1 Lorbeerblatt	1 getr. rote Chilischote
mildes Chilusalz	1 TL Ghee	Salz

Für das Kalbsfilet:

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Petersilie und Spinat waschen, verlesen und trocken schütteln. In kochendem Salzwasser ca. 1 Minuten blanchieren, durch ein Sieb abgießen, gut abtropfen lassen und das restliche Wasser ausdrücken. Die vorblanchierten Blätter klein schneiden. Kerbel, Dill und Basilikum abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken. Das Brät mit der Sahne glattrühren, Petersilien-Spinat-Gemisch, Kräuter, Senf und etwas Zitronenschale unter das Kalbsbrät rühren und mit Chilusalz und Muskatnuss würzen.

Die Tramezzini-Scheiben nebeneinander auf eine Arbeitsfläche legen, mit dem Nudelholz platt rollen und auf die Länge des Kalbsfilets zuschneiden.

Das Kalbsfilet in zwei gleich große Stücke schneiden. Die Brotscheiben jeweils etwa 3 mm dick mit Brät bestreichen und mit einem Medaillon belegen. Das Brot so aufrollen, dass das Fleisch darin vollständig eingewickelt ist und ein wenig überlappt.

Etwas Ghee in einer Pfanne erhitzen und die Filets im Brotmantel darin bei mittlerer Hitze rundum kräftig anbraten.

Das Fleisch auf ein Ofengitter setzen und etwa 20 Minuten rosa garen.

Für den Kohlrabi:

Den Kohlrabi mit einem Messer dünn schälen, dabei die holzigen Enden entfernen und in schmale Spalten schneiden. Kohlrabi mit dem Fond in einen kleinen Topf geben. Mit Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 12 Minuten gerade weich garen.

2 EL Butter in einem kleinen Topf aufschäumen und bräunen. Die braune Molke durch ein Sieb passieren. Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Die Kohlrabistifte mit einem Schaumlöffel herausheben und gut abtropfen lassen. Die Sahne zum Dünstfond geben. Die Stärke mit kaltem Wasser glattrühren und in die leicht köchelnde Flüssigkeit rühren, bis sie fein sämig bindet. Butter, braune Butter, Knoblauch und Petersilie hinzufügen und mit Chilusalz und Muskatnuss würzen. Den Kohlrabi untermischen und kurz erhitzen.

Für die Pilze:

Die Champignons mit einer Pilzbürste putzen, falls nötig waschen und trockentupfen. In einer Pfanne mit Ghee anbraten, die kalte Butter einrühren und aufschäumen und mit Chilisalz würzen.

Für die Kartoffelwürfel:

Die Kartoffeln schälen, waschen, in $\frac{1}{2}$ bis 1 cm große Würfel schneiden. Die Kartoffelwürfel in Salzwasser mit dem Lorbeerblatt und einer angeschnittenen Chilischote weich garen. Die Kartoffeln abgießen, gut abtropfen und auskühlen lassen. Ghee in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelwürfel darin bei mittlerer Hitze rundum goldbraun braten. Mit Chilisalz würzen.

Den Rahmkohlrabi mittig auf warmen Tellern verteilen. Das Kalbsfilet halbieren und mit den Schnittseiten nach oben darauf legen.

Champignons und Kartoffelwürfel außen herum streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 08. Juni 2018