

Allerlei Kalb mit Bohnen

Für vier Personen

Filet:

1 Knolle Knoblauch	1 Karotte	3 Schalotten
1 Zitrone, unbehandelt	600 g Kalbsfilet, hell, schier	2 l Geflügelfond, ohne Glutamat
1 Bund Estragon	1 Bund Basilikum	1 Bund Blattpetersilie
10 Wacholderkörner	2 Nelken	1 TL Pfefferkörner, schwarz
5 Pimentkörner	Meersalz	Thymian
Rosmarin		

Bäckchen:

8 Kalbsbäckchen	1 l Rotwein	0,5 l Geflügelfond
1 Zitrone, unbehandelt	1 Knolle Knoblauch	1 Karotte
3 Schalotten	1 Bund Estragon	1 Bund Basilikum
1 Bund Blattpetersilie	10 Wacholderkörner	2 Nelken
1 TL Pfefferkörner, schwarz	5 Pimentkörner	Thymian, Rosmarin, Öl
Speisestärke, Pfeffer	Meersalz	

Bries:

600 g Kalbsherzbries	0,5 l Geflügelfond	2 Eier
150 g Panko	Mehl, Olivenöl	Pfeffer, Salz

Anrichten:

3 Tomaten	200 g Bohnen, grün, breit	1 Bund Bohnenkraut
200 g Steinpilze	50 ml Olivenöl	2 Schalotten
100 g Bohnenkerne, weiß	50 g Butter, kalt	1 Zitrone, unbehandelt
1 Orange, unbehandelt	Salz	

Filet:

Die Knoblauchknolle, die Karotte und die Schalotten putzen und klein schneiden. Die Schale der Zitrone abreiben. Das Filet mit Metzgergarn im Abstand von einem Zentimeter binden. Geflügelfond mit klein geschnittenem Gemüse, Estragon, Basilikum, Blattpetersilie, Zitronenabrieb, Wacholderkörnern, Nelken, Pfefferkörnern, Pimentkörnern, Thymian und Rosmarin aufkochen und auf 80 Grad abkühlen lassen. Filet einlegen und circa 35 Minuten rosa pochieren. Nach dem Aufschneiden mit Meersalz würzen.

Bäckchen:

Die Bäckchen mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. In Öl von allen Seiten im Schnellkochtopf anbraten, mit Rotwein und Geflügelfond ablöschen. Die Schale der Zitrone abreiben. Knoblauch, Karotte, Schalotten, Estragon, Basilikum, Blattpetersilie, Zitronenabrieb, Wacholderkörner, Nelken, Pfefferkörner, Pimentkörner, Thymian und Rosmarin hinzugeben und bei mittlerer Hitze weich schmoren. Anschließend aus dem Fond nehmen und diesen reduzieren. Zum Schluss leicht mit Speisestärke abbinden.

Bries:

Das Bries in kräftig abgeschmecktem Geflügelfond kurz pochieren und zum Abtropfen auf ein Geschirrtuch legen. Kleine Röschen abzupfen und diese mit Mehl, verquirltem Ei und Panko panieren. Goldgelb ausbacken und entfetten.

Anrichten:

Die Tomaten enthäuten, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Bohnen fein schneiden und in Salzwasser zusammen mit Bohnenkraut blanchieren. In Eiswasser abschrecken. Die

Steinpilze in Olivenöl scharf anbraten, zum Schluss mit Schalottenwürfelchen durchschwenken. Grüne und weiße Bohnen mischen, Tomatenwürfel hinzugeben und mit etwas Schmorfond der Bäckchen und einem Stück Butter abschotzen. Mit Orangen- und Zitronenschale abschmecken. Die Steinpilze darauf anrichten.

Mario Kotaska am 28. September 2012