

## Schnelle Kalb-Filet-Pfanne

### Für 2 Portionen

300 g Kalbsfilet	2 Zweige Thymian	1 Zehe Knoblauch
30 g Speck	Butter	Paniermehl
50 g Gorgonzola	100 g Rucola	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Das Kalbsfilet waschen und trocken tupfen, dünn schneiden und etwas plattieren. Schon jetzt salzen und pfeffern. Die Filets anschließend in einer heißen Pfanne mit Olivenöl anbraten. Zwei Thymianzweige mit in die Pfanne geben. Den Knoblauch abziehen und als ganze Zehe in die Pfanne geben. Auch den Speck jetzt mit anbraten. Für den Geschmack eine Butterflocke in die Pfanne lassen. Schlussendlich etwas Paniermehl mit anrösten, um dem Fleisch und dem Speck eine knusprige Note zu verleihen. Den Knoblauch und den Thymian aus der Pfanne nehmen. Den Pfanneninhalt auf Teller geben und die Pfanne erneut auf die Kochstelle stellen. Nun etwas Gorgonzola in diese Pfanne zupfen. Den daraus entstehenden Bratenansatz über dem Gericht verteilen. Nun den Rucola grob hacken und über den Kalbsfilets anrichten.

Steffen Henssler am 27. 12. 2011