

## **Kalbsfilet im Kräutermangel mit pfeffriger Sauce und Zuckerhutröllchen**

(ein Rezept von Johann Lafer)



**Anzahl Portionen:** 4

**Zubereitungszeit:** 90 Minuten

**Dauer:** 90 Minuten

### **das Kalbsfilet:**

550 g Kalbsfilet

1 unbehandelte Orange

1 unbehandelte Zitrone,

2 Zweige Thymian

2 junge Knoblauchzehen

50 ml Olivenöl

Pfeffer

30 g Butter

Salz

100 g feinkörniger Senf (Moutarde de Meaux à l'ancienne)

50 g feingeschnittene Kräuter (glatte Petersilie, Thymian, Kerbel, Schnittlauch)

### **die pfeffrige Sauce:**

4 Schalotten

4 junge Knoblauchzehen

1 roter Peperoncino

50 g Butter

100 g rohe mehlig kochende Kartoffel

2 Zweige Thymian,

100 ml Rotwein

100 ml roter Portwein

600 ml Kalbsfond,

1-1/2 Tl schwarze Pfeffermischung,

Salz

### **die Zuckerhutröllchen:**

600 g Zuckerhut  
30 g Südtiroler Speck  
1 Schalotte  
20 g Butter  
1 El Orangenhonig  
Salz + Pfeffer  
50 g frische Entenstopfleber  
3 Stengel glatte Petersilie (Blätter)

#### **Schritt 1**

Das gut parierte Kalbsfilet in eine Schüssel legen. Mit einem Zestenreisser die Schale der Orange und Zitrone abschälen und zusammen mit abgezupftem Thymian, angedrückten Knoblauchzehen, Olivenöl und gemahlenem schwarzem Pfeffer zum Kalbsfilet geben und gründlich einmassieren. Das Filet nun mit diesen Zutaten auf ein grosses Stück Frischhaltefolie legen und zu einem straffen Bonbon einrollen. Die Enden einschlagen und jetzt noch in Alufolie einpacken (testen, ob es locker in den Topf passt). Bis hierhin kann das Fleisch schon früher vorbereitet werden.

#### **Schritt 2**

Wasser in einem sehr weiten Topf ankochen, bis 60° erreicht sind. Das vorbereitete Kalbsfilet in den weiten Topf geben, evtl. noch mit Wasser auffüllen, bis es schwimmt und im ca. 56-58° warmen Wasserbad (Herdplatte Stufe 2 von 12) bis zu 70 min sanft garen.

#### **Schritt 3**

Die Sauce lässt sich ebenfalls schon früher zubereiten: Schalotten und Knoblauch schälen und in grobe Würfel schneiden. Peperoncino halbieren, Kerne und Zwischenwände entfernen, ebenfalls grob würfeln.

#### **Schritt 4**

In einem Topf die Butter erhitzen und Schalotten, Knoblauch und Peperoncino bei mittlerer Temperatur langsam glasig anschwitzen. Die geschälte Kartoffel grob reiben und mit dem Thymian zufügen. Mit Rotwein ablöschen, Portwein zugeben, Flüssigkeit fast vollständig reduzieren. Kalbsfond angiesen und alles auf die Hälfte einkochen (das kann je nach Topfweite und Hitze bis zu 30 min dauern). Die Sauce durchpassieren, dann die Pfeffermischung zufügen, mit Salz abschmecken.

### **Schritt 5**

Nach der Pochierzeit die Folien entfernen und das Kalbsfilet mit allen Zutaten (ohne den entstandenen Saft, der kommt in die Sauce) in 30 g heisser Butter rundherum anbraten. Mit Salz würzen, aus der Pfanne nehmen, mit Senf bestreichen und dann gleich in den frischen Kräutern wälzen. In eine Form legen und bei 60° im Backofen warmhalten, bis alle Beilagen bereit sind.

### **Schritt 6**

Zum Servieren das Filet in dicke Stücke schneiden, auf die heissen Teller setzen und mit der Sauce umgiessen.

### **Schritt 7**

Dazu passen cremiges Kartoffelpüree und Zuckerhutrollchen.

### **Schritt 8**

Die Zubereitung der Zuckerhutrollchen: Von den äusseren Blättern des Zuckerhuts vorsichtig 5 Blätter ablösen und in kochendem Salzwasser nach und nach 1-2 min blanchieren. In Eiswasser geben und abkühlen lassen. Die blanchierten Blätter auf Küchenpapier ausbreiten, einzeln mit Küchenpapier bedecken und mit einem Nudelholz glatt rollen.

### **Schritt 9**

Den restlichen Zuckerhut halbieren, eine Hälfte anderweitig verwenden. Die zweite Hälfte vierteln und in feine Streifen schneiden. Speck und Schalotten in der Butter anschwitzen, Kohlstreifen zufügen, kurz durchschmoren, mit Honig, Salz und Pfeffer abschmecken und in eine kalte Schüssel geben. Die Mischung richtig abkühlen lassen.

### **Schritt 10**

Entenleber fein würfeln, die Petersilie in Streifen schneiden und mit den Kohlstreifen vermischen.

### **Schritt 11**

4 blanchierte Blätter nebeneinander ausbreiten, quer zur Rippe mit der Füllung belegen, Seiten einschlagen und von unten her aufrollen.

### **Schritt 12**

Die Rollchen in eine feuerfeste Form legen, noch einmal mit Salz würzen und im Ofen bei 180° 6-8 min fertig garen --- oder mit Klarsichtfolie abgedeckt bei 90° 1 Stunde (letzteres, wenn der Ofen als Aufwärmstation benötigt wird).