

# Kalb-Filet mit Kartoffel-Rosenkohl-Püree

**Für zwei Personen**

**Für das Kalbsfilet:**

1 Kalbsfilet à 300 g	2 Zehen Knoblauch	1 EL Butter
70 ml Rotwein	150 ml Kalbsfond	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	1 TL Speisestärke	Salz, Pfeffer

**Für das Kartoffel-Püree:**

150 g Kartoffeln	150 g Rosenkohl	10 g Butter
275 ml Gemüsefond	40 ml Milch	40 ml Sahne
1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer	

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Für das Püree Kartoffeln schälen und würfeln. Rosenkohl in einem Sieb mit Wasser abspülen. Butter in einem Topf erhitzen und Kartoffel-Rosenkohl darin kurz andünsten. Mit Fond angießen und bei mittlerer Hitze 20 Minuten kochen. Milch und Sahne mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und erhitzen. Kartoffel und Rosenkohl dazu geben und stampfen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Kalbsfilet, Butter in einer Pfanne erhitzen. Kalbsfilet von allen Seiten scharf darin anbraten. Thymian, Rosmarin und angedrückte Knoblauchzehen dazugeben. Das Fleisch für 15 Minuten im Ofen garen.

Fond im Bratensatz einkochen lassen und auf die Hälfte reduzieren. Rotwein zugeben und mit Speisestärke binden. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Kalbsfilet mit Kartoffel-Rosenkohl-Püree auf Tellern anrichten und servieren.

Petrus Basar am 26. November 2015