Kalb-Filet, Mandel-Honig-Soße, Zuckerschoten, Rösti

Für zwei Personen

Für das Kalbsfilet:		
300 g Kalbsfilet	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
Für die Mandel-Honig-Sauce:		
1 Zehe Knoblauch	20 g gehobelte Mandeln	100 ml Kalbsfond
100 g Schlagsahne	1 EL Aceto Balsamico	1 TL flüssiger Blütenhonig
Salz	Pfeffer	
Für die Zuckerschoten:		
125 g Zuckerschoten	20 g Butter	Salz
Pfeffer		
Für die Kartoffel-Rösti:		
3 festk. Kartoffeln	1 Orange	Muskatnuss
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für das Kalbsfilet:
Kalbsfilet kalt abbrausen, trockentupfen und gegebenenfalls parieren. In Medaillons portionieren, dann in heißem Olivenöl scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen.
Für die Mandel-Honig-Sauce:
Bratensatz des Kalbsfilets mit Balsamico ablöschen und reduzieren lassen. Knoblauch abziehen und pressen. Knoblauch, 10 g Mandeln, Kalbsfond, Schlagsahne und Honig hinzufügen und erneut reduzieren lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit den übrigen Mandeln garnieren.
Für die Zuckerschoten:
Zuckerschoten waschen und putzen. In einer Pfanne Butter schmelzen. Zuckerschoten darin bei geringer Hitze 10-15 Minuten ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
Für die Kartoffel-Rösti:
Kartoffeln schälen und grob raspeln. Orange waschen, trockenreiben und Zesten abziehen. Kartoffelraspel und Orangenzesten vermengen, mit Muskatnuss abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen. Masse zu Rösti formen und in heißem Pflanzenöl goldbraun ausbacken.
Kalbsfilet mit Mandel-Honig-Sauce, Zuckerschoten und Kartoffel- Orangen-Rösti auf Tellern anrichten und servieren.

Herbert Bernhardt am 14. November 2017