

Kalb-Filet im Tramezzini-Mantel mit Weißwein-Sahne-Soße

Für zwei Personen

Für das Kalbsfilet:

400 g Kalbsfilet, Mittelstück	4 Scheiben Tramezzini	1 Knoblauchzehe
4 Scheiben Kochschinken	50 g Sahne	200 g Schmelzkäse
2 Stängel Petersilie	Paprikagewürz	1 Muskatnuss
Olivener Öl	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	500 ml Kalbsfond
100 ml Weißwein	200 g Sahne	Speisestärke

Für den Kartoffelstampf:

200 g mehlig. Kartoffeln	150 g Brokkoli	200 g Sahne
20 g Butter	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für das Kalbsfilet:

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und mit dem Paprikagewürz, Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne in Olivenöl anbraten und etwas abkühlen lassen. Aus der Pfanne nehmen und den Bratensaft aufbewahren.

Für den Mantel Tramezzini leicht überlappend nebeneinander legen und mit einem Nudelholz glatt ausrollen. Knoblauch abziehen und hacken. Petersilie abrausen und hacken. Den Schmelzkäse mit Knoblauch, Petersilie, Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und mit Sahne vermengen. Das Brot mit dem Kochschinken belegen, die Schmelzkäse-Masse darauf verteilen und anschließend mit dem Fleisch belegen und darin einrollen. Danach in einer heißen Pfanne mit Olivenöl anbraten und 10-15 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Umluft garen.

Für die Weißwein-Sahne-Sauce:

Schalotte und Knoblauch abziehen und im Bratensaft vom Kalbsfilet andünsten, mit Weißwein ablöschen und kurz einkochen lassen.

Kalbsfond und Sahne dazugeben, einkochen lassen und bei Bedarf mit Speisestärke abbinden.

Für den Brokkoli-Kartoffelstampf:

Die Kartoffeln schälen, klein schneiden und ca. 10 Minuten in kochendem Salzwasser gar kochen. Brokkoli waschen, klein schneiden und zu den Kartoffeln geben. Beides weitere 10 Minuten kochen. Das Wasser anschließend abgießen, ein Brokkoli-Röschen für die Garnitur zur Seite stellen. Gekochte Kartoffeln und Brokkoli mit Butter vermengen. Sahne hinzufügen, während die Kartoffeln gestampft werden. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kathrin Schröder am 10. Oktober 2018