

# Kalb-Filet mit Kartoffel-Stampf, Rotwein-Pflaumen-Soße

## Für zwei Personen

2 Kalbsfilets à 120 Gramm	4 mehligk. Kartoffeln	1 EL Pflaumenmus
3 rote Zwiebeln	1 EL Aceto Balsamico	250 ml trockener Rotwein
100 ml Sahne	2 EL Zucker	Pflanzenöl, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in reichlich Salzwasser gar kochen. Die Kalbsfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kalbsfilets darin von allen Seiten anbraten. Den Zucker in einem Topf karamellisieren, mit Rotwein ablöschen und auf die Hälfte reduzieren. Die roten Zwiebeln abziehen und ganz in die Rotweinsoße geben. Anschließend das Pflaumenmus untermischen und mit Salz, Pfeffer und dem Balsamico abschmecken. Die Kartoffeln stampfen und die Sahne dazugeben. Das Kalbsfilet mit dem Kartoffelstampf auf einem Teller anrichten. Mit der Soße garnieren und servieren.

Simone Bindseil am 27. September 2012