

Kalb-Filet mit Champignon-Risotto

Für zwei Personen

Für das Kalbsfilet:

600 g Kalbsfilet	6 Cocktailtomaten	1 Zitrone
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	2 Zweige Rosmarin
1 Zweig Thymian	100 ml Riesling	150 ml Kalbsfond
100 g Butter	2 EL Rapsöl	1 EL Olivenöl

Zucker, Salz, Pfeffer

Für das Risotto:

250 g Risottoreis	300 g Champignons	1 Bund glatte Petersilie
4 Schalotten	1 Knoblauchzehe	50 g Butter
100 ml trockener Weißwein	1 Ltr. Kalbsfond	75 ml Schlagsahne
50 g Parmesan	2 EL Olivenöl	

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Zunächst das Kalbsfilet würzen und mit einem Zweig Rosmarin und Thymian in einer Pfanne anbraten. Auf der mittleren Schiene etwa 20 Minuten im Ofen garen. Den Pfannenansatz mit Riesling ablöschen und reduzieren lassen. Kalbsfond dazugeben und schließlich mit Salz, Pfeffer, Zucker und Butter abschmecken. In der Zwischenzeit die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und grob hacken. Die Cocktailtomaten mit einem Zweig Rosmarin, Zitronenabrieb, Zwiebeln und Knoblauch auf ein Backblech geben und mit Olivenöl beträufeln. Alles für fünfzehn Minuten in den Backofen geben. Für das Risotto die Champignons putzen und vierteln. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen, klein hacken und in einem Topf mit dem Reis anschwitzen. Danach alles mit Weißwein ablöschen und anschließend unter Rühren den warmen Kalbsfond hinzugeben. Die Champignons hinzufügen. Die Sahne steif schlagen, den Parmesan reiben. Zum Schluss Sahne, Butter und geriebenem Parmesan unterheben. Das Kalbsfilet in Tranchen schneiden und mit dem Risotto und der Sauce anrichten. Mit frisch gehackter Petersilie bestreut servieren.

Sarah Bokop am 29. Oktober 2014