

# Kalb-Filet im Kräuter-Mantel, Gemüse, Kartoffel-Schaum

**Für zwei Personen**

**Für das Fleisch:**

1 Kalbsfilet, à 500 g	30 g kalte Butter	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Kerbel	1 Bund Rosmarin	1 Bund Estragon
1 Bund Zitronenthymian	4 EL Olivenöl	Pfeffer, Meersalz

**Für den Kartoffelschaum:**

200 g mehligk. Kartoffeln	125 g Sahne	35 g Butter
5 Stiele Petersilie	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

**Für das Tempuragemüse:**

$\frac{1}{2}$ Kopf Romanesco	3 mittelgroße Möhren
------------------------------	----------------------

**Für den Tempurateig:**

125 g Mehl	125 g Maisstärke	2 Eier
1 EL Sojasauce	200 ml kaltes Wasser	50 ml kaltes Mineralwasser
1 l Sonnenblumenöl		

Für das Fleisch die Petersilie, den Kerbel, den Großteil des Rosmarins, den Estragon und den Zitronenthymian fein hacken. Das Filet waschen, trocken tupfen, mit Meersalz und Pfeffer würzen, mit dem Olivenöl bepinseln und in den gehackten Kräutern wälzen. Anschließend zwei Rosmarinzwige auf das Fleisch legen, zuerst mit der Frischhaltefolie und dann mit der Alufolie fest einrollen. Einen Topf mit reichlich Salzwasser erhitzen, das Fleisch hineinlegen und 20 Minuten bei 80 Grad ziehen lassen. Für den Tempurateig die Eier trennen und die Eigelbe mit dem Mehl, der Maisstärke, dem Wasser, dem Mineralwasser und der Sojasauce zu einem glatten Teig vermengen. - 6 - Für die Füllung den Romanesco in Röschen teilen, die Möhren schälen und in Stifte schneiden. Anschließend das Gemüse durch den Teig ziehen, abtropfen lassen und in dem Sonnenblumenöl in einem Topf frittieren. Für den Kartoffelschaum die Kartoffeln schälen, in Salzwasser gar kochen lassen, in kleine Stücke schneiden und anschließend mit einem Handrührgerät mit Schneebesen mixen. Die Sahne und 100 Milliliter des Kartoffelwassers in einem Topf erhitzen und zu der Kartoffelmasse geben. Anschließend die Butter in einem Topf schmelzen lassen und ebenfalls unter die Kartoffelmasse rühren. Mit Salz, Pfeffer und geriebenen Muskat abschmecken. Die warme Kartoffel-Sahne-Sauce in eine Siphonflasche füllen und die Gaspatronen anstecken. Das Fleisch aus den Folien holen, in Medaillons schneiden, nochmals die Ränder in den gehackten Kräutern wälzen und mit dem Tempuragemüse auf Tellern anrichten. Die Kartoffelmasse in eine Siphonflasche füllen und die kalte Butter mit dem Pürierstab unter die Sauce mixen. Das Kalbsfilet mit dem Gemüse im Tempurateig auf Tellern anrichten, den Kartoffelschaum daneben sprühen, mit Petersilie garnieren und servieren.

Birgit Jourdan am 03. Dezember 2014