

Kalb-Röllchen mit Bohnen-Gemüse und Kartoffel-Stampf

Für vier Portionen

4 Kalbsfiletmedaillons	Salz, Pfeffer	2 TL Senf
4 Scheiben Bacon	2 EL Rapsöl	Küchengarn
500 g Kartoffeln, mehligk.	150 ml Milch	50 g Butter
Muskatnuss	400 g grüne Bohnen	1 Zwiebel
4 Scheiben Bacon	2 Stiele Bohnenkraut	1 EL Rapsöl

Die Medaillons in der Mitte mit einem Schmetterlingsschnitt einschneiden, das Fleisch aufklappen und vorsichtig plattieren. Das Fleisch mit Senf bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit jeweils einer Scheiben Bacon belegen. Die Seiten leicht einklappen und das Fleisch zu Röllchen aufdrehen. Mit Küchengarn festbinden und von außen ebenfalls salzen und pfeffern. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Röllchen darin von allen Seiten anbraten. Auf ein Backofengitter legen und im 120 Grad heißen Ofen 15 Minuten garen. Kartoffeln waschen, schälen, grob würfeln und in einem Topf, knapp mit Wasser bedeckt, weichgaren. Kartoffeln abgießen und in den Topf zurückgeben. Die Milch mit der Butter aufkochen und kräftig mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Heiße Milch zu den Kartoffeln geben und mit einem Kartoffelstampfer kurz vermengen. Bohnen waschen, putzen und in vier Zentimeter lange Stücke schneiden. In reichlich gesalzenem Wasser bissfest kochen, abgießen und abschrecken. Zwiebel pellen und klein würfeln, Bacon ebenfalls klein schneiden. Beides zusammen mit einem Esslöffel Rapsöl in der Pfanne anschwitzen. Bohnen zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und etwa drei bis fünf Minuten braten lassen. Bohnenkraut fein hacken und unter die Bohnen mischen. Zum Anrichten Kartoffelstampf mit den Bohnen auf Tellern verteilen. Das Küchengarn von den Röllchen entfernen und die Röllchen in Scheiben schneiden. Diese auf dem Gemüse anrichten.

Horst Lichter am 05. Juli 2014