



Rezept No. 6 – Dezember

Kalbsfilet im Blätterteig | Schwarzwurzel | Preiselbeeren

Rezept für 4 Personen

Preiselbeeren

Zutaten:

- 200 g frische Preiselbeeren
- 100 g Zucker
- etwas Zitronenabrieb

Zubereitung:

Preiselbeeren, Zucker und Zitronenabrieb mischen. Die Masse für 10 Minuten in kreisenden Bewegungen – nicht zu stark – rühren.

Schwarzwurzeln

Zutaten:

- 1 kg Schwarzwurzeln
- etwas Mehl
- 1 Zitrone
- 500 g Mirin (aus dem Asia-Supermarkt)
- 50 g Butter
- 50 g Sesamöl
- Salz

Zubereitung:

1. Etwas kaltem Wasser mit etwas Mehl und Zitrone mischen. Die Schwarzwurzeln schälen und in das Wasser legen, sodass die Wurzeln überdeckt sind. So werden die Wurzeln nicht braun.
2. Die Schwarzwurzeln in gleiche Stücke schneiden und in einem Topf mit etwas Sesamöl und Butter anbraten.
3. Mit dem Mirin die Schwarzwurzeln ablöschen und solange kochen lassen, bis die Masse cremig wird und die Wurzeln gart sind. Mit Salz abschmecken und servieren.



Kalbsfilet im Blätterteig

Zutaten:

- 1 Rolle Blätterteig aus dem Supermarkt
- 1 kg Kalbsfilet
- 800 g Champignons
- Zitronenthymian
- 1 Knoblauchzehe
- etwas helle Sojasosse
- 2 Schalotten
- 1 Limettenabrieb
- etwas Öl zum Anbraten
- Salz & Pfeffer zum Würzen

Zubereitung:

1. Schalotten, Knoblauchzehe und geputzte Champignons in feine Würfel schneiden.
2. Im heißen Öl scharf anbraten. Mit der Sojasoße abschmecken. Anschließend mit Zitronenthymian, Limettenabrieb, Salz und Pfeffer würzen. Die Masse muss trocken sein, keine Flüssigkeit darf in der Masse sein. Sonst bekommt man den Blätterteig nicht gebacken.
3. Das Kalbsfilet von Haut und Sehnen befreien, mit Salz & Pfeffer würzen und im Öl kurz scharf von jeder Seite anbraten.
4. Blätterteig auslegen und die Pilzmasse in einem Rechteck verteilen (ungefähr in der Länge des Filets). Danach das Filet aufsetzen und mit dem Blätterteig schließen. Mit dem restlichen Blätterteig das Filet dekorieren. Mit einem Eigelb bestreichen um im vorgeheizten Backofen bei 160° für circa 35 Minuten garen. Das Filet ist bei 54° Kerntemperatur perfekt.

Anrichten:

Die Preiselbeeren auf den Teller geben, daneben die Schwarzwurzeln legen. Abschließend ein bis zwei aufgeschnittene Stücke vom Kalbsfilet darauf drapieren.