

Kalbsfilet im Petersilienmantel mit Blumenkohlpüree, Korinthen-Quinoa, Auberginen-Kaviar und gebackenen Schalotten

Zutaten für 4 Personen

Kalbsfilet

1 ganzes Kalbsfilet ohne Kopf (kann bei Ihrem Schlachter schon pariert werden)
Nussbutter (geklärte Butter)
gehackte Petersilie
Salz und Pfeffer

Blumenkohlpüree

2 Köpfe Blumenkohl (~ 1kg)
1 L Sahne
25 g Honig
Saft von 2 Zitronen
1 TL Raz el Hanout
1 TL Ducca
1 EL Butter

Korinthen-Quinoa

250 g Quinoa
1 L Orangensaft
100 g Korinthen
1 EL gehackter Koriander
20 g gehackten Ingwer

Auberginen-Kaviar

3 Auberginen
250 ml dunkler Balsamico
100 g Honig
1 TL Five Spice (Pastetengewürz)
Stärke

Gebackene Schalotten

8 ganze Schalotten
1 kg Salz

Zubereitung

Kalbsfilet

Ein Stück Alufolie mit der flüssigen Nussbutter bestreichen. Die gehackte Petersilie großzügig auf der Butter verstreuen. Das Kalbsfilet von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen, auf die Petersilie legen und fest wie einen Bonbon in der Folie einrollen. Bei 140° C, Ober-Unterhitze, ca. 11 Min. im vorgeheizten Ofen garen. (Suvit: 64,5° C, Kerntemperatur 54° C, 15 Min.)

Blumenkohlpüree

Den Blumenkohl waschen, in kleine Stücke schneiden (nehmen Sie den Stil ruhig mit, in dem steckt der meiste Geschmack) und in der ungewürzten Sahne weich kochen. Die Sahne auf die Hälfte einkochen lassen. Den Blumenkohl in einen Mixer geben, mit Salz, Honig, Butter und den Gewürzen abschmecken. Pürieren, bis es eine sehr cremige Konsistenz hat.

Korinthen-Quinoa

Den Quinoa waschen und im Orangensaft weich kochen. Er sollte noch leicht Biss haben. Die Korinthen in einer Schüssel mit etwas kochendem Orangensaft übergießen und ziehen lassen. Quinoa und Korinthen mischen, den Koriander und den gehackten Ingwer unterheben, alles sollte eine lockere Konsistenz haben.

Auberginen-Kaviar

Die ganzen Auberginen bei 170° C ca. 30 Min. garen, bis sie komplett weich sind. Die Haut abziehen und dann ganz klein hacken. Balsamico und Honig in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Die Auberginen hinzufügen und das Ganze einkochen. Mit Five Spice würzen und mit der Stärke leicht abbinden. Der Kaviar hat jetzt einen schönen Glanz und kann zu einer Nocke abgestochen werden.

Gebackene Schalotten

Salz in eine tiefe, feuerfeste Form geben. Die Schalotten mit der Wurzelseite auf das Salz setzen und bei 165° C ca. 20 Min. im Ofen backen.

Soße bei Bedarf aus Kalbsjus und dunklem Balsamico herstellen.

Anrichten wie auf unserem Foto oder ganz nach Ihrem eigenen Geschmack!

Guten Appetit!

