

# KALBSFILET

mit weißem Spargel, Hollandaise und Kartoffel-Rösti

## Zutaten für 4 Personen

### Für die Kalbsfilets

- 4 Stück Kalbsfilet à 80 g, pariert
- 13 Stück sehr feiner Frühlingslauch, in etwa 4 cm lange Stücke geschnitten
- Salz, Pfeffer, Olivenöl, Butter

### Für die Karamellzwiebeln

- 12 Perlzwiebeln, geschält
- 10 g Zucker
- 10 ml Apfelessig
- 10 g Butter
- Saft einer halben Zitrone
- 1 Zweig Thymian

### Für den Spargel

- 12 Stangen Spargel, geschält, die holzigen Enden abgeschnitten
- Salz, Butter, Zucker

### Für die Rösti

- 3 mittelgroße, fest kochende Kartoffeln, geschält, gewässert
- Salz, Pfeffer, Muskat

### Für die Hollandaise

- 200 ml Weißwein
- 30 ml Champagneressig
- 1 Schalotte, geschält, blättrig geschnitten
- 6 weiße Pfefferkörner
- 2 Zweige Estragon
- 2 Zweige Kerbel
- Salz, Cayennepfeffer, Zitronensaft
- 3 Eigelbe
- 80 g Butter, in Würfel geschnitten

## ZUBEREITUNG

- Für die Karamellzwiebeln Zucker und Zitronensaft in einer kleinen Pfanne schmelzen und bei mittlerer Hitze zu einem hellbraunen Karamell kochen. Zwiebeln hinzufügen und kurz angehen lassen. Mit dem Essig ablöschen, reduzieren und mit ca. 10 ml Wasser angießen.
- Im Ofen bei 160° C etwa 15 Minuten lang garen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Herausnehmen und mit der Butter kurz glasieren. Warm stellen.
- Die Kalbsfilets würzen und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze anbraten. Den Lauch dazu geben und mit angehen lassen. Die Filets drehen, etwas Butter zufügen und damit die Filets übergießen. Nach ca. 5 Minuten Bratzeit aus der Pfanne nehmen und abgedeckt an einem warmen Platz ruhen lassen.
- Spargel in reichlich Wasser, mit Salz und Zucker abgeschmeckt und etwas Butter bei kleiner Hitze knackig kochen.

# KALBSFILET

mit weißem Spargel, Hollandaise und Kartoffel-Rösti

## Zutaten für 4 Personen

- Für die Rösti die Kartoffeln mit einer Reibe grob raspeln und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer beschichteten Pfanne Öl erhitzen, die Röstmasse eingeben und leicht andrücken. Unter leichtem Schwenken von Zeit zu Zeit die Masse goldgelb braten, dann wenden (einen Teller über die Masse geben, die Pfanne wenden, die Masse auf den Teller geben und dann mit der rohen Seite nach unten wieder in die Pfanne gleiten lassen).
- Alles nochmals 6 Minuten braten, auf ein Schneidebrett oder eine flachen Teller gleiten lassen und portionieren.
- Für die Hollandaise Weißwein, Champagneressig, Schalotte, Pfefferkörner, Estragon und Kerbel in einen Topf geben, aufkochen lassen und dann um die Hälfte reduzieren. Durch ein Sieb wiederum in einen Topf passieren und abkühlen lassen.
- Die Eigelbe eingeben und die Masse über dem Wasserbad bei mittlerer Hitze schaumig schlagen. Den Wasserbad-Topf vom Feuer nehmen und die kalten Butterstücke einrühren. Die Hollandaise bis zum Servieren über dem Wasserbad lassen (so kühlt sie nicht so schnell aus).

Tipp: Wer die Hollandaise nicht selbst machen möchte, kann einfach die Käfer Sauce Hollandaise verwenden!

## GUTEN APPETIT!



## Einkaufszettel - Kalbsfilet

- |   |                         |
|---|-------------------------|
| • 4 Stück Kalbsfilet à 80 g, pariert      | • Salz, Pfeffer         |
| • 12 Stangen Spargel                      | • Cayennepfeffer        |
| • 3 mittelgroße, fest kochende Kartoffeln | • Muskat                |
| • 13 Stück sehr feiner Frühlingslauch     | • 6 weiße Pfefferkörner |
| • 12 Perlzwiebeln                         | • 10 g Zucker           |
| • 1 Schalotte                             | • Olivenöl              |
| • 1 Zitrone                               | • 10 ml Apfelessig      |
| • 1 Zweig Thymian                         | • 30 ml Champagneressig |
| • 2 Zweige Estragon                       | • 200 ml Weißwein       |
| • 2 Zweige Kerbel                         |                         |
| • 110 g Butter                            |                         |
| • 3 Eier                                  |                         |