



# Die Kochlöffel

Seit 2013

15.08.2014 Beat Pfäuti

## Kalbsfilet in Kräutern mariniert

Sauce Hollandaise mit Kräuter und mediterranem Gemüsepüree

Anzahl: 15 Personen

Rezeptgruppe: Hauptspeise

Saison: ganzjährig

### Zutaten

2'400 gr Kalbsfilet (keine Filetspitze)

verschiedene Kräuter nach Belieben (Rosmarin, Thymian, Petersilie) bestes Olivenöl

Für die Sauce Hollandaise:

- 8 Eigelb
- 8 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen

Weisswein

800 gr geklärte Butter

Kräuteressig

Für das Gemüsepüree:

- 3 Rüebli
- 1 kleine Sellerieknolle
- 1 kleiner Kohlrabi
- 2 kleine rote Peperoni
- 2 rote Zwiebeln
- 1 kleiner Fenchel
- 2 Artischocken
- 1 kleine Aubergine
- 4 Knoblauchzehen

Olivenöl





## Die Kochlöffel

Seit 2013

## Zubereitung

- 1. Das Kalbsfilet parieren.
- 2. Die Kräuter von den Stengeln befreien. Die Hälfte der Kräuter zum Marinieren des Kalbsfilet auf die Seite legen, die andere Hälfte fein schneiden und für die Sauce Hollandaise auf die Seite legen.
- 3. Mit den übrigen Kräutern und bestem Olivenöl das Kalbsfilet marinieren. Zugedeckt in den Kühlschrank stellen.

### Für das Gemüsepüree

4. Alle Gemüsesorten putzen und wenn nötig waschen und schälen. In grosse Würfel oder Stücke schneiden und in wenig Wasser mit etwas Salz zugedeckt bei schwacher Hitze für ca. 30 Minuten weich schmoren. Vom Feuer nehmen, kurz abkühlen lassen und mit dem Stabmixer und etwas Olivenöl nicht all zu fein pürieren.

#### Für die Sauce Hollandaise

- 5. Ein Wasserbad erhitzen.
- 6. Die Zwiebeln und den Knoblauch grob schneiden und zusammen mit dem Eigelb und dem Weisswein in eine Metallschüssel geben. Auf dem Wasserbad langsam schaumig schlagen, dabei zuerst bei weniger Hitze unter dem Wasserbad und dann, wenn die Masse schaumig ist, mit ein bisschen mehr Hitze, so dass die Masse mit der Zeit cremig dick wird. Vom Wasserbad nehmen und die warme geklärte (Vorarbeit) Butter dazu rühren. Salzen, pfeffern und etwas vom Kräuteressig dazugeben. Anschliessend durch ein Sieb passieren, die geschnittenen Kräuter dazu rühren und auf dem nicht mehr kochenden Wasserbad warmhalten.

## **Fertigstellung**

- 7. Den Ofen auf 150°C vorheizen.
- 8. Das Kalbsfilet aus der Kräutermarinade nehmen und rundherum salzen und pfeffern.
- 9. In einer heissen Pfanne auf allen Seiten leicht anbraten und im Ofen bei 150° C für ca. 10 15 Minuten, je nach Grösse des Filets, garen. Am Herdrand bei offenem Deckel kurz nachziehen lassen.
- 10. Das Gemüsepüree erhitzen.
- 11. Das Kalbsfilet in dicke Scheiben schneiden und auf Teller, je 2 Stück Filet, zusammen mit einem Löffel Gemüsepüree anrichten. Mit der Kräuterhollandaise napieren.