

Wir servieren
Ihnen Kuchen
für Gourmets

La Cuisine
KÜCHENSTUDIO

74889 Sinsheim
Lange Straße 22
Tel. 07261-13010

Rosa Kalbsfilet mit Kürbiscrème und Spinat

Rezept-Info:

Personenzahl: 4 - 6 Stück
Menü: Vorspeise
Zubereitungszeit: 75 Minuten
Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten:

100 g	Strudelteig	50 g	zerlassene Butter
	Meersalz, grobes Chilipulver	350 g	Kalbsfilet (7 cm dick)
	Salz, Pfeffer aus der Mühle	1 Ei	Olivenöl
1 TI	Kakaopulver	1 Msp.	Chilipulver
1 Ei	Butter	250 g	Muskatkürbis
1 TI	Butter	200 ml	Kokosmilch
½	Limette	200 g	junger Spinat oder Feldsalat
2 Ei	Olivenöl	1 Ei	weißer Balsamico-Essig
1 TI	Honig		

Zubereitung:

Für den Teig den Strudelteig auf ein eingefettetes Backblech legen und mit 50 g zerlassener Butter bestreichen. Etwas Meersalz und Chili darüber streuen und im Backofen bei 200°C (Heißluft plus) auf der 2. Einschubebene von unten 5 bis 8 Minuten goldbraun backen. Abkühlen lassen und in kleine Stücke brechen. Den Backofen auskühlen lassen. Für das Fleisch das Kalbsfilet mit Salz und Pfeffer würzen und im Olivenöl rundum anbraten. Kakaopulver mit dem Chili mischen und das Filet darin wälzen. Auf dem Rost im Backofen bei 85°C (Ober- und Unterhitze) auf der mittleren Einschubebene 1 Stunde garen. Ein Backblech als Auffangschale unter den Rost schieben. Die Kerntemperatur des Filets sollte 60 bis 65°C betragen (mit dem Speisethermometer messen). Den Kürbis schälen, in kleine Würfel schneiden und in der Butter andünsten. Mit Kokosmilch ablöschen und 10 Minuten köcheln lassen. Dann im Küchenmixer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken. Für die Beilage den Spinat waschen und trocken schleudern. Olivenöl, Essig und Honig verrühren und den Salat damit marinieren. Für das Fleisch die Butter aufschäumen und das Kalbsfilet nach dem Garen darin schwenken. In dünne Scheiben schneiden. Die Kürbiscrème auf Teller verteilen und Filetscheiben, Strudelblätter und Spinat abwechselnd übereinanderschichten.

Guten Appetit wünscht das Team von La Cuisine. www.lacuisine.de