

aus der Otto Gourmet Küche

Kalbsfilet

im Pergamentpapier

Personen: 2 | Autor: Alexander Herrmann | Kategorie: Kalb | Schwierigkeitsgrad: leicht | Zeit: 90 Minuten



© Collection Rolf Heyne, Bild: © Luzia Ellert, Buch: A.Herrmann

Zutaten

- 300 g Kalbsfilet (Art.: Kalbsfilet Private Selection)
- 3 Zweige Estragon
- 4 Zweige Thymian
- 3 Zweige Basilikum
- 1 Bund Kerbel
- Bund Blattpetersilie
- Salz
- Cayennepfeffer
- 1 EL mittelscharfer Senf (zum Bestreichen)
- 2 EL kaltgepresstes Rapsöl (zum Bestreichen)
- 1 Ei
- 1 TL mittelscharfer Senf für die Mayonnaise
- Zitrone (Bioprodukt), frisch
- gemahlener schwarzer Pfeffer
- 130 ml kaltgepresstes Rapsöl für die Mayonnaise
- Knoblauchzehe, geschält und gehackt

Zubereitung

Die Blättchen der Kräuter (Estragon, Thymian, Basilikum, Kerbel, Petersilie) von den Zweigen zupfen, fein hacken und vermengen.

Das Kalbsfilet von allen Seiten salzen und mit Cayennepfeffer würzen, dann rundherum mit 1 EL Senf bestreichen. Das Kalbsfilet rundherum in den Kräutern wälzen, sodass diese gleichmäßig in dem Senf haften bleiben.

Ein DIN-A3-großes Stück Kochpergament mit etwas der 2 EL Rapsöl bestreichen. Das Kalbsfilet in die Mitte des Pergaments setzen und das restliche Rapsöl über das Fleisch träufeln. Das Kalbsfilet straff in das Pergament wickeln, die Enden zusammenschlagen und mit einem Bürotacker zusammenheften.

Das Pergamentpäckchen auf ein Backgitter legen und auf der mittleren Schiene im auf 80 °C vorgeheizten Backofen (Umluft) etwa 40 – 50 Minuten rosa garen. Den Garzustand mit einem Bratenthermometer prüfen – das Thermometer dazu einfach durch das Pergament in die Mitte des Fleisches stechen. Bei einer Kerntemperatur von 55 – 58 °C ist das Fleisch medium (rosa), ab 62 °C beginnt es, durch zu werden.

Für die Mayonnaise das Ei mit dem Senf, der fein geriebenen Zitronenschale, etwas frisch gepresstem Zitronensaft und reichlich schwarzem Pfeffer in einem hohen Rührbecher verrühren. Anschließend das Rapsöl in einem dünnen Strahl in den Rührbecher laufen lassen und gleichzeitig mit dem Stabmixer aufmixen. Die fertige Mayonnaise mit Salz und etwas gehacktem Knoblauch abschmecken.

Das gare Kalbsfilet aus dem Ofen nehmen und aus dem Pergament wickeln. Wer möchte, kann die Kräuter mit einem Löffel abnehmen. Das Kalbsfilet in 6 gleichmäßige Tranchen schneiden, auf 2 Teller verteilen und mit der Rapsölmayonnaise servieren.