Entdeckt und gefunden bei Rila die Genussentdecker: www.rila.de



Rosa gegartes Kalbsfilet auf Pfifferlings-Aprikosen-Ragout mit gebratener Polenta

Gesamtzeit: 4 h

Schwierigkeitsgrad: schwer

Portionen: 4 Personen

Rosa gegartes Kalbsfilet auf Pfifferlings-Aprikosen-Ragout mit gebratener Polenta

100 ml Milch

200 ml Geflügelfond

Etwas Salz, Pfeffer, Muskat

100 g Instant- Polentagrieß

50 g Parmesan, frisch gerieben

800 g Kalbsfilet, ohne Haut und Sehnen

30 g Butterschmalz

300 g Pfifferlinge

75 g Dörr-Aprikosen

2 Stück(e) Schalotten

75 g Butter

75 ml Madeira

150 ml Lafer Kalbsfond

2 Bündel Schnittlauch

Rosa gegartes Kalbsfilet auf Pfifferlings-Aprikosen-Ragout mit gebratener Polenta

1. Milch mit Geflügelfond aufkochen und mit den Gewürzen abschmecken. Polentagrieß in die kochende Flüssigkeit einrühren und unter ständigem Rühren aufkochen. Dann weitere 3–4 Minuten kochen lassen. Dabei weiterrühren und den Grieß vollständig ausquellen lassen. Parmesan untermischen. Ein tiefes Blech (ca. 15 x 20 cm groß) mit Alufolie auslegen, Polenta darauf gießen und mit einer Palette glatt streichen. Polenta für ca. 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Ofen auf 160 °C vorheizen. Kalbsfilet rundum mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Butterschmalz in einer Pfanne anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und im heißen Ofen in ca. 20 Minuten rosa garen. Inzwischen die erkaltete Polenta in kleine Dreiecke schneiden und in heißem Olivenöl in einer beschichteten Pfanne goldbraun braten. Anschließend warm halten. Pfifferlinge gründlich putzen, Aprikosen und Schalotten klein würfeln. Alles zusammen in 1 EL zerlassener Butter in einer Pfanne anbraten.

Mit Madeira ablöschen, den Kalbsfond zufügen und etwas einkochen lassen. Pfanne vom Herd ziehen und die restliche Butter unterschwenken. Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, Kalbsfilet aus dem Ofen nehmen und im Schnittlauch wenden. Filet in vier dicke Medaillons schneiden und mit dem Pfifferlings-ragout und der

gebratenen Polenta auf Tellern anrichten.