

Mariniertes Kalbsfilet

Zutaten für 4 Personen:

- 400 g Kalbsfilet
- 1 TL Butterschmalz
- 1 kleine, rote Zwiebel
- je 100 g Blumenkohl, Brokkoli, Rosenkohl u. Karotten
- 2 Stangen Lauch
- rote Pfefferbeeren
- 4 EL Obstessig
- etwas Gemüse- o. Fleischbrühe
- Dill, Petersilie
- 6 EL Öl
- Pfeffer, Jodsalz aus der Mühle



Marinade:

- je 2 TL scharfer Senf u. Keimöl
- je 4 EL gemischte Kräuter u. Weinbrand
- 6 EL Weißwein
- 2 EL Obstessig

Zubereitung:

Das geputzte und in kleine Röschen bzw. in kleine Stücke zerteilte Gemüse in wenig Brühe dünsten. Mit Essig, Öl, Jodsalz, Pfeffer und Kräutern marinieren. Beiseite stellen. Angefrostedes Kalbsfilet in hauchdünne Scheiben schneiden und in Butterschmalz von beiden Seiten kurz braten. Aus Senf, Kräutern, Keimöl, Weißwein, Essig und Weinbrand eine Marinade herstellen und über das auf Tellern angerichtete Kalbsfilet geben. Das Gemüse darauf anrichten und zum Schluss mit roten Zwiebelringen und roten Pfefferbeeren garnieren.

Dazu: Stangenbrot