

In Wattleseed gebratenes Kalbsfilet auf Pancetta-Risotto und Zitronenthymian-Jus

Zutaten für 4 Personen

1 Kalbsfilet, sauber pariert
(ohne Sehnen und Fett)
1 EL Wattleseed
(australischer Akaziensamen)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Erdnussöl
500g Kalbsschwanz
1 Karotte
¼ Sellerieknolle
5 Schalotten mit Schale
1 Stange Poree
1 l Rotwein
½ l Madeira
Meersalz, Pfeffer, Thymian, Rosmarin,
jungen Knoblauch
100ml alten Balsamico
¼ l Kalbsfond
4 Blätter Frühlingsrollenteig
100g Risottoreis
2 Schalotten
60ml Weißwein
150ml Geflügelbrühe
1 Thymiansträußchen
1 Lorbeerblatt
2 EL Parmesan
30g Butter
20ml Olivenöl
4 Scheiben Pancetta (italienischer
Bauchspeck)

Zubereitung:

Am Tag zuvor den Kalbsschwanz in Stücke schneiden und im 220 °C heißen Ofen 20 Minuten rösten. Erkalten lassen und mit dem Rotwein, dem Madeira, den Gewürzen, dem Gemüse und etwa 3 Liter Wasser auf die kleine Flamme stellen und langsam etwa 3 Stunden köcheln lassen. Den Kalbsschwanz herausnehmen und das Fleisch vom Knochen lösen. Den Fond passieren und auf die Hälfte einkochen. Das Fleisch mit einem großen Messer in kleine Stücke hacken und kochen bis fast keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist.

Diese Masse nun in Frühlingsrollenteig einschlagen und zu kleinen Zigarren rollen. Später in heißem Olivenöl ausbacken.

Das Kalbsfilet in Erdnussöl von allen Seiten anbraten. Auf ein Backblech setzen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Wattleseed einreiben. In einem vorgeheizten Backofen bei 85 °C Umluft ca. 25 Minuten garen. Die Kerntemperatur sollte 55 °C haben, dies kann man mit einem Bratenthermometer kontrollieren.

In einer Stilkasserolle oder Teflonpfanne die Schalotten in ausreichend Olivenöl farblos anschwitzen. Den Reis zugeben, ebenfalls gut anschwitzen.

Mit Weißwein ablöschen und etwa 2 Minuten köcheln lassen. Thymian und Lorbeerblatt zugeben und mit Brühe auffüllen. Mit etwas Salz würzen und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Dabei ab und an rühren. (Sollte der Risotto zu sehr eindicken - mit Wasser angießen!)

Anrichten: Das Fleisch in 4 gleich große Stücke schneiden. Den Risotto in der Mitte des vorgeheizten Tellers anrichten. Eine Scheibe Pancetta darauflegen (dieser schmilzt unter der Hitze des Risottos und gibt dem ganzen eine besonderen Geschmack) Das Kalbsfilet wird auf den Risotto gelegt und mit etwas Kalbsjus und dem Grissini garniert.