

Rezept

# Kalbsfilet im Steinpilzmantel

Ein Rezept von Kalbsfilet im Steinpilzmantel, am 25.04.2024

## Zutaten

### Für das Fleisch:

<b>60 g</b> Mehl (Type 405)	<b>100 ml</b> Milch
<b>2</b> Eier (Größe M)	<b>3 g</b> getrocknete Steinpilze
Salz	frisch geriebene Muskatnuss
<b>1</b> Kalbsfilet (ca. 780 g)	<b>3 Stängel</b> glatte Petersilie
<b>1 Stängel</b> Dill	<b>2 Stängel</b> Basilikum
<b>1 kleiner Stängel</b> Estragon	<b>1</b> Bio-Zitrone
<b>4 EL</b> Sahne	<b>250 g</b> Kalbsbrät
<b>4 EL</b> Pflanzenöl	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	<b>2 EL</b> Olivenöl

### Für die Sauce:

<b>200 g</b> frische Steinpilze	<b>1</b> Knoblauchzehe
<b>1</b> Schalotte (ca. 30 g)	<b>3 EL</b> Olivenöl
<b>200 g</b> Sahne	Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	frisch geriebene Muskatnuss
<b>1 Bund</b> Schnittlauch	

### Außerdem:

Küchengarn	Meersalz (z. B. Fleur de Sel)
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 865 kcal

## Zubereitung

1. Das Mehl in einer Schüssel mit Milch und Eiern zu einem glatten Teig verrühren. Die Steinpilze im Mixer fein zermahlen und in den Teig rühren, mit Salz und Muskatnuss würzen und ca. 10 Min. quellen lassen.
2. Das Kalbsfilet trocken tupfen, falls nötig von Sehnen befreien und halbieren. Filetspitze umklappen und mit Küchengarn festbinden. Filetkopf ebenfalls am Mittelstück festbinden.

3. Den Ofen auf 120° (Umluft nicht empfehlenswert) vorheizen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen grob hacken. Die Zitrone heiß waschen, trocknen und die Hälfte der Schale abreiben. Das Kalbsbrät mit Zitronenschale, Kräutern und Sahne glatt rühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

---

4. In einer großen Pfanne (Ø 30 cm) 1 EL Pflanzenöl erhitzen, die Hälfte des Teiges hineingeben und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten in insgesamt 2 Min. goldbraun braten. Auf Küchenpapier abfetten. Aus dem restlichen Teig in 1 EL Pflanzenöl ebenso einen Pfannkuchen backen.

---

5. Die Pfanne mit Küchenpapier auswischen und das restliche Pflanzenöl darin erhitzen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 1/2 Min. anbraten, wenden und ringsherum weitere 1 1/2 Min. anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne heben und etwas abkühlen lassen. Das Küchengarn entfernen. Die Stücke dünn mit etwas Kalbsbrät einstreichen.

---

6. Das restliche Kalbsbrät auf den Pfannkuchen verstreichen. Auf jeden 1 Stück Filet legen, den Pfannkuchen an den Seiten einschlagen und das Fleisch einwickeln. 2 große Stücke Alufolie doppelt legen, mit je 1 EL Olivenöl einstreichen und die Filets darin einwickeln. Die Enden gut verschließen. Das Fleisch auf dem Rost im Ofen (Mitte) ca. 1 Std. 10 Min. braten.

---

7. Inzwischen die Pilze putzen und in 1,5 cm große Stücke schneiden. Den Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Schalotte schälen und fein würfeln.

---

8. 10 Min. vor Ende der Fleischgarzeit eine Pfanne erhitzen, Olivenöl zugeben und die Steinpilze darin ca. 2 Min. scharf anbraten. Schalotten und Knoblauch 1 Min. mitbraten. Die Sahne zugeben und 2-3 Min. sämig kochen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln, in feine Röllchen schneiden und kurz vor dem Servieren dazugeben.

---

9. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, 5 Min. ruhen lassen, auswickeln, in je 4 dicke Scheiben schneiden und mit Meersalz und Pfeffer würzen. Mit der Sauce servieren.