



Kalbfleisch mit Forellencreme

von Mario Kotaska

Zutaten (für vier Portionen):

Kalbfleisch

600 g Steak aus dem Kalbsrücken
2 TL Salz
1 TL Pfeffer
2 EL Olivenöl (raffiniert)
2 Knoblauchzehen
2 Zweige frischer Thymian

Forellencreme

150 g geräuchertes Forellenfilet
1 Ei
1 EL Senf
2 EL weißer Balsamico
1 Knoblauchzehe
1 gehäuften EL Kapern (abgetropft)
20 g frischer Dill
200 ml Sonnenblumenöl
Saft von ½ Zitrone
Abrieb von einer Zitrone (unbehandelt)
¼ TL Salz
¼ TL Pfeffer

Radieschen-Meerrettich-Carpaccio

8–10 Radieschen
1 EL Zitronensaft
2 EL kaltgepresstes Olivenöl
¼ TL Salz
¼ TL Pfeffer
20 g frischer Meerrettich (gerieben)

Sowie zum Garnieren:

1 EL Kapern
100 g Rucola



Zubereitung (etwa 60 Minuten):

Das Kalbfleisch in vier Portionen schneiden, rundum salzen, pfeffern und in raffiniertem Olivenöl von allen Seiten scharf anbraten. Die Thymianzweige und zwei angedrückte Knoblauchzehen als Geschmacksgeber hinzufügen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und bei 120 Grad etwa 30 Minuten schonend im Backofen weitergaren (Kerntemperatur 56 Grad). Mit einer Druckprobe lässt sich zum Schluss überprüfen, ob das Fleisch innen zart und rosa ist. Dazu mit den Fingern auf die Oberseite des Steaks drücken: das Fleisch sollte leicht zurückfedern. Die Steaks aus dem Ofen nehmen, vollständig abkühlen lassen und kaltstellen.

Für die Forellencreme: Ei, Senf, weißen Balsamico, Knoblauch, Kapern, Dill, Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Sonnenblumenöl in einen hohen Becher geben und mit dem Stabmixer pürieren, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Das Forellenfilet in kleinen Stücken zur Creme hinzufügen und weiter pürieren, bis eine gleichmäßige Masse entsteht. Anschließend den Zitronenabrieb unterrühren und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren im Kühlschrank aufbewahren.

Für das Carpaccio die Radieschen gründlich waschen, trocken tupfen und in hauchdünne Scheiben schneiden. In einer Schüssel Zitronensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer und geriebenen Meerrettich zu einem Dressing verrühren. Die Radieschen-Scheiben dazugeben und vorsichtig verrühren.

Die marinierten Radieschen-Scheiben auf den Tellern kreisförmig anrichten. Die Forellencreme jeweils in der Mitte glatt verstreichen. Ein kleines Bett aus frischem Rucola darauf platzieren. Die gekühlten Kalbssteaks mit einem sehr scharfen Messer in hauchdünne Scheiben schneiden und diese auf der Forellencreme anrichten. Mit Kapern garnieren. Dazu passen knusprige Ciabatta- oder Baguettescheiben.

Nährwerte pro Portion:

640 kcal – 50 g Fett – 42 g Eiweiß – 3 g Kohlenhydrate