



## Kalbsfiletmedaillons mit Kräuterbutter und Gemüse

Es scheint, dass ich mich immer mehr an edle Fleischstücke wage. Nicht, dass ich Angst davor hätte. Doch ein zartes Kalbsfiletmedaillons zu lange anbraten und backen wäre echt Sünd und Schade.

Heute steht ein feines Kalbsfiletmedaillons auf meinem Tagesplan.

Solche Fleischstücke hole ich sehr gerne bei meinem Metzger des Vertrauens. So kann ich sagen was ich wünsche und er bereitet es mir entsprechend zu.

Zutaten für 2 Personen

Vorbereiten ca. 25 Minuten / Überbacken ca. 10 – 12 Minuten

50 g weiche Butter

1/2 Bund Petersilie

1/2 Bund Basilikum

1/2 Bund Schnittlauch

Salz und Pfeffer nach Bedarf

2 – 3 Kalbsfiletmedaillons, je ca. 3 cm dick geschnitten

1 Esslöffel Bratbutter

Salz und Pfeffer nach Bedarf

2 Kohlrabi  
2 Bund Radieschen  
ca. 200 g Kefen  
4 Karotten  
4 Frühlingszwiebeln  
1 Esslöffel Butter  
100 ml Gemüsebrühe

### **Zubereitung**

Fleisch mindestens eine halbe Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

50 g weiche Butter mit einer Kelle rühren bis sich Spitzchen bilden. Petersilie, Basilikum und Schnittlauch sehr fein hacken, zur Butter geben. Mit Salz und Pfeffer nach Bedarf würzen. Alles sehr gut vermengen. Bis zur Verwendung beiseitestellen. \*Wer möchte, kann auch einen Knoblauch dazu pressen und einarbeiten.

Das Kalbsfiletmedaillon mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Bratpfanne die Bratbutter erhitzen. Medaillon auf beiden Seiten während insgesamt 2 Minuten anbraten. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Kohlrabi schälen und in Stäbchen schneiden. Radieschen waschen, grün entfernen und halbieren. Kefen waschen und rüsten. Karotten schälen und in dünne Stäbchen schneiden. Frühlingszwiebeln zusammen mit etwas grün vierteln.

Pfanne mit dem Esslöffel Butter erwärmen. Gemüse dazu geben und andünsten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und knapp weichkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Gemüse in einer ofenfesten Form verteilen. Kalbsfiletmedaillon in die Mitte auf das Gemüse legen. Die Hälfte der Kräuterbutter auf die Medaillons verteilen. Restliche Kräuterbutter in Flocken über das Gemüse verteilen.

Die Form in den heissen Ofen geben und Medaillons während 10 – 12 Minuten überbacken. Sofort servieren.

