Kalbsfilet im Blätterteig an einer Fenchel-Kerbel-Mischung

Gesamtzeit: 1 h 20 min

Aktivzeit: 50 min

Einfach



Zutaten

für 4 Personen

600 g	Filet vom Schweizer Kalb
150 g	Brät vom Schweizer Kalb
6 Scheiben	Bratspeck vom Schweizer Schwein
2	Fenchelknollen
1	Schalotte
30 g	Butter
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 Bund	Kerbel
1 EL	Bratbutter
1	Blätterteig, rechteckig ausgewallt (ca. 25 x 42 cm)
1	Ei
200 g	Jungsalat
2 TL	Himbeerkonfitüre
2 TL	Weissweinessig
4 EL	Olivenöl

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

854	kcal
47 g	Eiweiss
36 g	Kohlenhydrate
57 g	Fett

enthält Gluten

Laktosefrei

Temperatur genau messen

Nutzen Sie ein Fleischthermometer: Zartrosa gelingt das Fleisch bei einer Kerntemperatur von 55 °C.

Zubereitung

1. Kalbsfilet 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

2. Fenchel putzen und in feine Würfel schneiden. Schalotte schälen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Schalotte und Fenchelwürfel zugeben und unter ständigem Rühren ca. 10 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Beiseitestellen und abkühlen lassen. Kerbel fein hacken.

3 Bratbutter in einer grossen Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Kalbsfilet darin von allen Seiten ca. 5 Minuten anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.

4 Brät mit Fenchelmischung und Kerbel sorgfältig vermengen.

5 Blätterteig auf der Arbeitsfläche ausbreiten. Von der kurzen Seite einige schmale Streifen fürs spätere Dekorieren abschneiden, kalt stellen. Speckscheiben in der Mitte des Blätterteigs verteilen und gleichmässig mit Brät bestreichen, ca. 2 cm Rand frei lassen.

6 Kalbsfilet mit Salz und Pfeffer würzen und in die Mitte legen. Ei verquirlen und die Teigränder damit bestreichen. Den Teig locker über dem Filet zusammenfalten, die Naht und die Enden gut verschliessen. Die Oberfläche mit den Teigstreifen verzieren und alles mit dem restlichen Ei bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 220 °C (Umluft 200 °C) 30 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und 10 Minuten ruhen lassen.

7 In der Zwischenzeit Salat waschen und rüsten. Konfitüre, Essig, Salz, Pfeffer und Olivenöl zu einer Vinaigrette rühren. Salat kurz vor dem Servieren damit vermengen und zu den Filet-Portionen servieren.