



## Kalbsfilet mit Mairüben-Püree & jungen Möhren

Schritte: 7

Schwierigkeitsgrad: Mittel

### Zutaten

4 Portionen

800 g	Kalbsfilet (oder Schwein, je nach Vorliebe)	600 g	Mairüben
4 EL	Butter	150 ml	Sahne
	Muskat	1 Bund	junge Möhren
2	Zwiebeln	150 ml	Weißwein
1 Becher	Sauerrahm	1 Bund	Bärlauch
	Pflanzenöl		Salz, Pfeffer
1 Prise	Zucker	400 ml	Kalbsbrühe

### Zubereitung

1. Die Mairüben putzen und in 1,5-2 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel ebenfalls putzen und würfeln. In einem Topf die Hälfte der Zwiebel andünsten und die Mairüben hinzugeben.
2. Salzen und pfeffern. Mit einem Schluck Weißwein ablöschen. Das Gemüse mit Wasser bedecken und bei starker Hitze weichkochen. Anschließend mit 2 EL Butter und der Sahne in einem Mixer glatt pürieren und mit Muskat abschmecken.
3. In der Zwischenzeit die Möhren putzen, dabei ein kleines Stück vom Grün dran lassen, und die Möhren der Länge nach halbieren.
4. Das Kalbsfilet putzen, salzen und in einer Pfanne bei starker Hitze von allen Seiten anbraten. Anschließend bei 120°C ca. 12-15 Min. im Ofen fertig garen (Kerntemperatur 58°C).
5. Die restlichen Zwiebeln anbraten, mit Weißwein ablöschen, und mit 350 ml Brühe auffüllen. Kurz aufkochen lassen, den grob gehackten Bärlauch und den Sauerrahm begeben und alles mit dem Pürierstab pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Parallel die restliche Brühe mit der restlichen Butter, etwas Salz und einer Prise Zucker aufkochen und die Möhren darin sautieren bis sie gar, jedoch noch bissfest sind.
7. Zum Anrichten das Mairüben-Püree mittig auf den Tellern verstreichen. Das Kalbsfilet portioniert aufschneiden und darauf setzen. Die Möhren drumherum verteilen und das Ganze mit der Sauce angießen. Am Ende etwas Pfeffer aus der Mühle über das Fleisch geben.

*Als Alternative zum Kalbsfilet eignet sich hier auch zartes Schweinefilet.*