



KRÄUTERKALBSFILET MIT MELANZANIBLÄTTERN UND JOGURTSAUCE VON RUDOLF UND KARL OBAUER

QimiQ VORTEILE

- 100% natürlich, ohne Konservierungsstoffe, Zusatzstoffe und Emulgatoren
- Alkohol-, hitze- und säurestabil
- Bindet Flüssigkeit, daher kein Absetzen der Zutaten



25



leicht

ZUTATEN FÜR 6 PORTIONEN

- 900 g** Kalbsfilet
- 4 EL** Gartenkräuter, frisch, fein geschnitten
- Olivenöl, zum Beträufeln
- Gartenkräuter, frisch, zum Garnieren

FÜR DIE MELANZANIBLÄTTER

- 2** Aubergine/Melanzani, mittelgross
- Salz und Pfeffer
- 2** Fleischtomaten
- 1** Zwiebel(n)
- 2** Knoblauchzehe(n)
- 60 g** Schwarze Oliven
- 200 g** Naturjogurt
- 2 EL** Olivenöl
- 2 TL** Honig
- Balsamico Essig, weiss
- Majoran, getrocknet
- Meersalz, grob

FÜR DIE SAUCE

- 2 EL** Baumnussöl
- 1** Knoblauchzehe(n), gepresst
- 120 g** Vollrahm
- 10 g** Zitronenschale
- 1 TL** Ingwerknolle, fein gehackt
- 250 g** Naturjogurt
- 50 g** QimiQ Rahm-Basis
- 60 ml** Weisswein
- 1 Schuss** Weissweinessig
- Currypulver
- Kurkuma, getrocknet
- Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Für die Sauce Walnussöl mit gepresstem Knoblauch und Rahm in einem Topf erhitzen. Mit den restlichen Saucenzutaten glatt verrühren und vom Herd ziehen.
2. Für die Melanzaniblätter die Melanzani mit Salz abreiben und die Stängelansätze wegschneiden. Melanzani der Länge nach halbieren und 24 dünne, möglichst grosse Scheiben der Länge nach aus den Melanzani schneiden. Melanzanischeiben in einer beschichteten Pfanne ohne Zugabe von Fett auf beiden Seiten leicht braun braten.
3. Rest der Melanzani in kleine Würfel schneiden. Tomaten waschen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Oliven entkernen und hacken. Die genannten Zutaten mit Jogurt, etwa 1 EL Olivenöl, Honig, 1 Spritzer Essig und 1 Prise getrocknetem Majoran in einen Topf geben und kochen, bis die Melanzani ganz weich sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Hälfte der Melanzanischeiben mit der Melanzani-Jogurt-Masse bestreichen und mit den restlichen Melanzanischeiben abdecken. Die gefüllten Blätter auf ein Backblech legen, mit ein wenig Olivenöl

beträufeln, mit grobem Meersalz bestreuen und im Ofen etwa 8 Minuten garen.

5. Für das Kalbsfilet das Fleisch in den Kräutern wälzen, auf Frischhaltefolie legen, mit ein wenig Olivenöl beträufeln und in die Folie einrollen. Über Dampf garen – je nach Durchmesser des Filets 10 bis 15 Minuten; das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von knapp 70° C erreichen, mit einem Bratenthermometer prüfen.
6. Fleisch aus der Frischhaltefolie wickeln und in 12 Medaillons schneiden. Die Sauce auf Teller geben und das Fleisch in die Sauce setzen, Melanzaniblätter gefällig darauflegen und eventuell mit Kräutern bestreuen.