

Gebeiztes Kalbsfilet mit Lorbeer-Kartoffeln & Ofen-Tomate

(Jozo Flockensalz)

Zutaten für 4 Personen:

Gebeiztes Kalbsfilet:

600g pariertes Kalbsfilet
1 Liter Wasser
50g Karotte
50g Lauch
50g Knollensellerie
3 Nelken
4 Blätter frischer Lorbeer
5 Wachholderbeeren
4 Pimentkörner
2cl weißer Balsamicoessig
Jozo Flockensalz
Öl, frischer Lorbeer und
Knoblauch zum Braten

Ofentomate:

8 Kirschtomaten mit grünem Stengel
Knoblauchzehe, Thymian, Rosmarin
Jozo-Flockensalz, Zucker, Pfeffer
Olivenöl

Lorbeer-Kartoffeln:

2 große Backkartoffeln
0,1l Gemüsebrühe
3 frische Lorbeerblätter
Jozo Flockensalz, Pflanzenöl zu Braten

Balsamico-Oliven:

8 schwarze Calamata Oliven
4cl Balsamico Essig
1 Eßl Honig
1 Eßl Balsamico-Creme

Anrichten:

8 Schaschlikspieße
8 Lorbeerblätter



So wird's gemacht

Wasser mit dem grob gewürfelten Gemüse aufkochen lassen, dann 2 Eßl Jozo Flockensalz darin auflösen. Gewürze und den Essig hinzugeben. Wenn die Marinade ausgekühlt ist, das Kalbsfilet darin 12 Stunden ziehen lassen. Kalbsfilet trocken tupfen und ca. 1cm große Würfel schneiden. Mit Jozo Flockensalz würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und darin die Fleischwürfel ca. 2-3 Minuten braten, angedrückte Knoblauchzehe und frischen Lorbeer dabei hinzugeben.

Die Tomaten auf ein Backblech geben, mit Olivenöl beträufeln. Die Kräuter und den gehackten Knoblauch darauf verteilen. Mit Jozo-Flockensalz, Pfeffer und etwas Zucker würzen. Im Ofen bei 85 Grad ca. 50 Minuten garen, bis die Schale der Tomaten leicht aufplatzt.

Die Kartoffeln waschen und auf gleichmäßige Würfel mit einer Kantenlänge von jeweils 1cm schneiden. Die Kartoffelwürfel von allen Seiten in einer Pfanne goldbraun anbraten, dann die Lorbeerblätter hinzugeben und mit der Gemüsebrühe aufgießen. Bei geschlossenem Deckel ca. 7-9 Minuten garen, bis die Würfel gar sind. Vergewissern Sie sich mit der Nadelprobe.

Alle Zutaten in einen Topf geben und bei milder Hitze auf die Hälfte einkochen lassen.

Die gegarte Tomate vorsichtig aufspießen, gefolgt von der Olive dann das gebratene Kalbsfilet, nun ein Lorbeerblatt, mit dem Kartoffelwürfel enden.