

Rezeptmuseum.de

Feiern mit Eiern

KALBSFILET MIT CHAMPIGNON-RÜHREI

Zutaten:

600 g Kalbsfilet, etwas Mehl zum Wenden
1/2 TL Salz
1/4 TL Pfeffer, 1 TL Paprika edelsüß
1 Msp. Ingwerpulver
1/8 l Sahne
40 g Butter
1/8 l trockener Weißwein
1/8 l Kalbsknochenfond
1 EL Petersilienblättchen
40 g Butter, 200 g Champignons
3 Deutsche Frisch-Eier
2 EL Sahne
1/2 TL Salz, etwas Pfeffer
1 EL gehackte Petersilie

Zubereitung:

Das Kalbsfilet enthäuten. Mehl auf das Fleisch streuen und ringsum fest andrücken, überschüssiges Mehl abschütteln. Die Gewürze mischen, Sahne halbsteif schlagen.

Die Steakpfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Die Butter darin aufschäumen lassen, das Filet hineinlegen und unter ständigem Wenden 5 Min. anbraten.

Weißwein und Fond am Rande der Pfanne angießen, damit sie das Fleisch kochend erreichen. Dies mit der Gewürzmischung bestreuen, zugedeckt bei schwacher Hitze 5-7 Minuten garen.

Sauce durch ein Sieb geben, mit Petersilie und Sahne verrühren und abschmecken. Fürs Rührei Butter in einer Pfanne erhitzen und die in Scheiben geschnittenen Champignons 3-4 Min. dünsten.

Die Eier inzwischen mit Sahne, Salz, Pfeffer und Petersilie verrühren, zu den Champignons geben und unter Rühren leicht stocken lassen.

Zum Servieren das Filet in zentimeterdicke Scheiben schneiden, das Rührei über die Filetscheiben geben und die Sauce angießen.

Port. 2200 kJ/520 kcal