



Kochrezept

Rezept für Kalbsfilets in der Tomate



Hauptspeise Mit Alkohol

Zutaten

- 4 Ochsenherztomaten (à ca. 200 g, ersatzweise reife, feste Fleischtomaten)
- 2 Knoblauchzehen
- 6 Zweige Rosmarin oder Thymian

4 EL Olivenöl
1 EL Puderzucker
300 g Schalotten
5 EL Zucker
200 ml trockener Rotwein (z. B. badischer Spätburgunder)
1 Prise gemahlene Zimtblüte (ersatzweise 2 Prisen Zimtpulver)
1 Prise gemahlene Gewürznelke
4 Kalbsfiletsteaks (à ca. 140 g)
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Cayennepfeffer
Öl für das Blech (Bei der Verwendung eines STONELINE® Backblechs können Sie auf die Verwendung von Öl verzichten)
Fleischthermometer

Für 4 Portionen

Zubereitung: 45 Min., Garen: 2 Std. 30 Min.

Pro Portion ca. 395 kcal

Zubereitung

Den Ofen auf 100 °C (Umluft: 90 °C) vorheizen. Die Tomaten waschen, trocken tupfen und quer halbieren. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Knoblauchzehen schälen und halbieren.

Ein Backblech einölen. Die Kräuter und den Knoblauch auf eine Hälfte des Blechs legen, die Tomaten mit der Schnittfläche nach oben daraufsetzen.

Die Tomaten mit 2 EL Olivenöl beträufeln und mit dem Puderzucker bestäuben. Im heißen Backofen (Mitte) ca. 2 Std. 30 Min. backen.

Inzwischen die Schalotten schälen und fein würfeln. Den Zucker in einem kleinen Stieltopf schmelzen. Sobald er eine goldgelbe Farbe annimmt, mit dem Rotwein ablöschen, dann die Schalottenwürfel und die Gewürze zugeben. Die Sauce ca. 25 Min. bei mittlerer Hitze dick einkochen.

Ca. 45 Min. vor Ende der Tomatengarzeit die Steaks trocken tupfen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Eine beschichtete Pfanne erhitzen, erst dann das restliche Olivenöl zugeben. (Bei der Verwendung eine STONELINE® Pfanne können Sie auf die Verwendung von Öl verzichten). Das Fleisch darin bei großer Hitze 1 Min. pro Seite kräftig anbraten.

Das Fleisch zu den Tomaten auf das Blech geben und ca. 35 Min. mitgaren. Dabei ein Fleischthermometer in eines der Steaks stecken und laufend die Kerntemperatur kontrollieren. Das Fleisch ist fertig, wenn sie 58 °C erreicht hat. Das kann je nach Dicke des Fleisches auch schon wesentlich früher der Fall sein.

Die Schalotten nochmals erhitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Die gebackenen Tomaten mit Salz und Cayennepfeffer würzen.
Zum Anrichten die Filetsteaks waagrecht halbieren. Auf die unteren Hälften der Steaks je 1 - 2 EL Schalotten geben, mit den oberen Hälften bedecken. Je ein gefülltes Steak auf jede untere Tomatenhälfte geben und mit der oberen Tomatenhälfte bedecken. Auf vorgewärmten Tellern sofort servieren.

Beilagentipp: Portwein-Vanille-Sauce

Geben Sie 140 ml von dem Saft, der sich auf dem Backblech gebildet hat (ersatzweise Weißwein), durch ein Sieb in einen kleinen Topf oder Schlagkessel und verrühren Sie ihn mit 2 Eigelben (Größe M), 50 ml weißem Portwein und dem Mark von 1/2 Vanilleschote. Schlagen Sie alles über einem heißen Wasserbad zu einer schaumigen Sauce auf und würzen Sie sie mit Salz, Zucker und etwas Cayennepfeffer.