Metzgerei Widmer
Dorfstrasse 26 – 3257 Grossaffoltern
Telefon 032 389 15 52
www.metzgerei-widmer.ch

Fruchtiges Kalbsfilet mit Limetten-Orangen-Butter

Zutaten für 4 Personen

1 Filet vom Schweizer Kalb, Mittelstück, ca. 650 g
1 Bio-Limette, Schale und Fruchtfleisch
1 Bio-Orange, Schale und Fruchtfleisch
150 g weiche Butter
Salz
Pfeffer aus der Mühle
Muskatnuss, frisch gerieben
1 EL Bratbutter
2 Sternanis

Zubereitung

1. Kalbsfilet 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Limetten- und Orangenschale mit einem Zestenschneider ablösen. Limette und Orange halbieren und je ca. 1 EL Fruchtfleisch mit einer Gabel herauslösen.
3. 120 g Butter mit dem Mixer während 3–4 Minuten schaumig schlagen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, Fruchtfleisch unterheben, in ein Servierschälchen füllen und kalt stellen.
4. Bratbutter in der Pfanne bei höchster Stufe erhitzen. Kalbsfilet darin 2–3 Minuten rundherum scharf anbraten. Herd auf mittlere Hitze zurückdrehen, restliche Butter, Limetten-, Orangenzesten und Sternanis zugeben und das Filet darin unter gelegentlichem Wenden 3–4 Minuten braten. Das Fleisch in eine ofenfeste Form geben, Pfanneninhalt darübergeben und das Ganze 12–15 Minuten im Backofen braten.
5. Das Filet aus dem Ofen nehmen, in Tranchen schneiden. Auf vorgewärmten Tellern mit der Zitrusfrucht-Butter servieren.

Dazu passen gedünsteter Rosenkohl und Polentaschnitten.