

Filet im Teig

Rezept für 4 Personen

- Fleisch:** Es können verschiedene Fleischsorten verwendet werden (ca. 600 gr).
Es geht jedoch um die Preisfrage, was will man investieren.
Zum Filet im Teig kann man Rindsfilet, Kalbs- oder Schweinsfilet verwenden. Aber auch Lammrückenfilet eignet sich, wenn man Portionen herstellen will. Je nach Dicke des Fleischstückes wird dieses zwischen 8 und 12 Minuten angebraten. (Rindsfilet 14 bis 18 Minuten)
Anschliessend Fleisch auf Platte abkühlen lassen.
- Füllung:** 100 gr. Champignons
1/4 Zwiebel oder Schalotte
1 Stengel Petersilie
2-3 Blätter Basilikum
1 Ei
1 gestrichener EL Maismehl
100 gr. Kalbsbrät

Champignons, Petersilie, Zwiebel, Basilikum ganz fein hacken und in Butter dünsten, dann kühl stellen. Brät mit Gemüse und Maismehl gut vermischen. Das Ei schaumig rühren und unter die Masse geben.
Abwürzen mit Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Prise Chili.
- Fertigung:** Blätter- oder Kuchenteig (vom Beck oder Migros) ca. 2-3 mm dick auswallen. Länge filet plus 6 cm, Breite so dass Filet gedeckt werden kann. Filet rundum mit ca. 1 cm Füllung bestreichen, in Teig einbetten und Deckel darüber geben. Gut verschliessen, Teig mit Eigelb bestreichen

(Eigelb mit Spritzer Wasser). Ca. 15 - 20 Minuten ruhen lassen, dann im Backofen bei 200 bis 220 Hitze während ca. 40 Minuten backen.
Aufpassen dass Teig nicht anbrennt. Filet im Teig herausnehmen und ca. 10 Minuten stehen lassen, dann schneiden.
- Sauce:** Dazu kann braune Sauce gereicht werden. 1 Zehe Knoblauch, etwas Zwiebeln fein hacken, mit ca. 1½ dl. Wasser anrühren und in Pfanne geben. Falls zu dick mit etwas Wein verdünnen, fein gehackte Totentrompeten in der Sauce mitkochen und 2 bis 3 EL Madere oder Portwein begeben. Sauce wird in Sauciere serviert.
- Gemüse:** Brüsseler gedämpft. 500 gr. Brüsseler rüsten, waschen und in Pfanne geben, in der man vorgängig etwas Knoblauch und Zwiebeln in einem dl. Weisswein, 2 dl Wasser und einem Bouillonwürfel gedünstet hat. Brüsseler ganz in Sud legen und ca. 15 - 18 Minuten Kochen lassen (Dampfkochtopf 8 Minuten).
- NB:** Filets können auch in Portionen in Teig hergestellt werden. Diese schneidet man dann in drei Stücke auf.

