

# Mariniertes Kalbfleisch mit Zitrone und Thymian



*Gerade im Sommer muss man nicht alles, was man heiss kocht, auch heiss geniessen. Dieses falsche Filet schmeckt kalt richtig gut.*

## Zutaten

Für 6 Personen

- 2 Zitronen Bio
- 1 Bund Thymian gross, (1)
- 6 Esslöffel Olivenöl zum Beträufeln und Braten
- 0.25 Teelöffel Pfefferkörner schwarz
- 0.25 Teelöffel Szechuanpfefferkörner
- 1 Kalbsfilet falsch; ca. 600 g schwer (siehe Einleitungstext)
- Salz
- Zum Servieren:
  - 4 Esslöffel Balsamicoessig weiss
  - Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
  - 4 Esslöffel Olivenöl
  - 4 Zweige Thymian (2)
  - 1 Zitrone abgeriebene Schale

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Die Zitronen unter warmem Wasser spülen und mit Küchenpapier trockenreiben. Mit einem Sparschäler die gelbe Schale der Zitrone – kein Weiss, dieses schmeckt bitter! – in langen Streifen dünn ablösen. ½ der Schalen in der Länge des Fleischstücks in einer Gratinform auslegen. ½ des Thymians (1) darüber verteilen und alles mit 2 Esslöffeln Olivenöl beträufeln. Die Form in den 80 Grad heissen Ofen stellen.

Die Pfefferkörner in einem Mörser fein mahlen. Das Fleisch rundum zuerst mit dem Pfeffer, dann mit Salz würzen.

In einer Bratpfanne 2-3 Esslöffel Olivenöl kräftig erhitzen. Das falsche Filet darin rundum insgesamt 5 Minuten anbraten. Dann sofort in die vorbereitete Form auf das Zitronen-Thymian-Bett legen. Mit den restlichen Zitronenschalen und dem restlichen Thymian (1) bedecken und alles wiederum mit 2 Esslöffeln Olivenöl beträufeln. Im 80 Grad heissen Ofen 2 Stunden nachgaren lassen.

Das falsche Filet aus dem Ofen nehmen. Die Flüssigkeit (Jus und Öl) in der Form sorgfältig in ein Schüsselchen abgiessen und zugedeckt beiseite-, jedoch nicht kühl stellen. Das Fleisch mitsamt Zitronenschale und Thymian auf ein grosses Stück Alufolie legen und etwa 15 Minuten abkühlen lassen. Erst dann alles satt in die Folie wickeln und kühl stellen.

Etwa ½ Stunde vor dem Servieren das Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen und aus der Folie wickeln. In möglichst dünne Scheiben aufschneiden und ziegelartig auf einer Platte anrichten.

Die beiseitegestellte Flüssigkeit mit Balsamico, Salz und Pfeffer sowie Olivenöl gut verrühren. Thymianblättchen (2) von den Zweigen zupfen und fein hacken. Mit der abgeriebenen Zitronenschale zur Sauce geben. Über das aufgeschnittene Fleisch träufeln