






Kartoffel-Bohnen-Eintopf mit Kalbsfilet

TM 31 - 6 Portionen

1	Kalbsfilet (500 g)	20 g	Olivenöl
1 Tasse	Kräuter, gemischt, gehackt	50 g	Speckwürfel, mager
	Salz	800 g	Kartoffeln, mehlig kochend oder vorwiegend fest kochend
	Pfeffer		
2 Zweige	Rosmarin	800 g	Gemüsebrühe
1 Zweig	Salbei	350 g	breite Bohnen, in 1 cm dicken Rauten
1	Lorbeerblatt		
	Kürbiskernöl	100 g	Crème fraîche
1	Zwiebel	½ Bund	Schnittlauch, in Röllchen
1	Knoblauchzehe		

- Kalbsfilet in gehackten Kräutern wälzen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Salbei- und Rosmarinzweige – und Salbeizweige und Lorbeerblatt in den Varoma legen, Filet darauf legen und mit etwas Kürbiskernöl beträufeln.
- Zwiebel und Knoblauch in den Mixtopf geben und **3 Sek./Stufe 6** zerkleinern.
- Olivenöl und Speckwürfel zugeben, **3 Min./Varoma/Stufe 1** dünsten und umfüllen.
- 500 g Kartoffeln, in Stücken, und Gemüsebrühe in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **18 Min./Varoma/  /Stufe 1** garen.
- Fleisch im Varoma wenden, wieder mit Kürbiskernöl beträufeln und weitere **3 Min./Varoma/  /Stufe 1** garen.
- Varoma zur Seite stellen, damit das Fleisch ruhen kann, und Mixtopfinhalt **30 Sek./  /Stufe 10** pürieren.
- Bohnenrauten, 300 g Kartoffeln, gewürfelt, und Speck-Zwiebel-Gemisch zugeben, mit dem Spatel unterrühren und **20 Min./100°/  /Stufe 1** garen. (In den letzten 10 Minuten können Sie den Varoma zum Warmhalten des Fleisches wieder aufsetzen.)
- Crème fraîche zugeben, **30 Sek./  /Stufe 2** mithilfe des Spatels untermischen und abschmecken.
- Suppe mit Schnittlauchröllchen bestreut servieren und Fleisch, in dünne Scheiben geschnitten, dazureichen.





Unser Bestes für Ihre Familie

Varianten:

- Fleisch sieht, mit schwarzem Salz gewürzt, besonders dekorativ aus.
- Wenn Sie keinen Wert darauf legen, dass die Speckwürfelchen noch sichtbar sind, können Sie sie auch ganz oder teilweise im Mixtopf lassen und mit pürieren.
- Am besten bereiten Sie sich eine gut gewürzte Gemüsebrühe selbst zu oder kaufen Sie im Glas.
- Sie können aber zur Not auch 800 g Wasser und 2 Würfel Gemüsebrühe verwenden.
- Zusätzlich können Sie noch einige Möhrenwürfelchen mit den Kartoffeln in der Suppe garen.
- Beträufeln Sie die Suppe zum Schluss noch mit etwas Kürbiskernöl.

