

# Schnelle Kalbsfilet-Pfanne

---

 [happy-mahlzeit.com/2019/12/21/schnelle-kalbsfilet-pfanne/](https://happy-mahlzeit.com/2019/12/21/schnelle-kalbsfilet-pfanne/)

## Zutaten für 2 Personen:

- 300g Kalbsfilet
- 2 Zweige Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- 30g Speck
- Butter
- Paniermehl
- 50g Gorgonzola
- 100g Rucola
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

## Zubereitung:

Das Kalbsfilet waschen, trocken tupfen, dünn schneiden, etwas plattieren, salzen und pfeffern. Die Filets in einer heißen Pfanne mit Olivenöl anbraten. Die Knoblauchzehe abziehen und als ganze Zehe mit dem Thymianzweig in die Pfanne geben. Den Speck mit anbraten. Eine Butterflocke zufügen und zum Schluß etwas Paniermehl mit anrösten, um dem Fleisch und Speck eine knusprige Norte zu verleihen. Knoblauch und Thymian aus der Pfanne entfernen. Den Pfanneninhalt auf Teller geben.

Nun den Gorgonzola in die Pfanne zupfen und den daraus entstehenden Bratenansatz über dem Gericht verteilen. Den Rucola grob hacken und über den Kalbsfilets anrichten.

Rezept: Steffen Henssler

Quelle: Topfgeldjäger vom 17.12.2011