

Kalb-Steak mit Baby-Spargel und Büffel-Mozzarella

Für 2 Personen

2 Kalbssteaks, a 130 g	10 Stangen grüner Babyspargel	4 Cherrytomaten
1 kleiner Zucchini	0,5 Bund Frühlingszwiebeln	1 Chili-Schote
1 Zitrone	150 g Mozzarella	0,5 Bund glatte Petersilie
2 Zweige Thymian	2 Zweige Minze	125 ml trockener Weißwein
100 ml Sahne	100 ml Olivenöl	Butter
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Spargel kurz kochen und dann blanchieren. Anschließend zum Warmhalten in den Ofen stellen. Für das Zucchini-Salat-Dressing die Minze zupfen und klein hacken. Die Chili-Schote der Länge nach aufschneiden, den Strunk und das Kerngehäuse entfernen und klein hacken. Nur die Hälfte der Chili-Schote verwenden. Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Schale einer halben Zitrone reiben. Den Zitronensaft, die Zitronenschale und das Olivenöl mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu der Minze und dem Chili geben. Den Zucchini in dünne Scheiben schneiden. Das Dressing darüber geben. Für die Kalbssteaks etwas Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen. Die Kalbssteaks waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und kurz grillen. Den Mozzarella in Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln abziehen und klein hacken. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Frühlingszwiebeln hineingeben. Dann die Steaks dazugeben und mit dem Spargel und dem Mozzarella belegen. Anschließend braten. Für die Sauce den Pfannensud mit dem Weißwein ablöschen. Den Strunk der Tomaten und die Kerne entfernen und die Tomaten in kleine Würfel schneiden. Den Thymian zupfen. Die Tomatenwürfel und den Thymian dazugeben. Die Petersilie zupfen, klein hacken und dazugeben. Den Spargel aus dem Ofen nehmen. Die Steaks auf einem Teller anrichten und die Sauce darüber geben. Den Zucchini-Salat als Beilage drapieren.

Carolin Bendel am 31. Mai 2011