

Kalb-Steak, Fächer-Kartoffel, Portwein-Soße, Spinat-Salat

Für 2 Personen

2 Kalbssteaks, a 200 g	2 große, festk. Kartoffeln	100 g frischer Spinat
150 g Schalotten	2 EL Walnusskerne	1 EL süßer Senf
3 EL Butter	100 ml Portwein	100 ml Kalbsfond
6 EL Olivenöl	2 EL Balsamicoessig	1 Zweig Thymian
schwarzer Pfeffer	Salz	Meersalz

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser ca. 10 Minuten vorkochen. Anschließend zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Kartoffeln abgießen, jeweils eine Seite abflachen und in kleinen Abständen quer einschneiden. Die Kartoffeln auf ein Backblech geben, mit Butter der flüssigen Butter bestreichen, mit grobem Meersalz bestreuen und für circa 15 Minuten im Ofen goldgelb backen. Den Spinat waschen, putzen und gut trocken schleudern. Die Schalotten abziehen und würfeln. Die Thymianblätter zupfen und fein hacken. Das Fleisch waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und das Fleisch darin von jeder Seite zwei Minuten anbraten. Anschließend die Steaks für zehn Minuten im Ofen bei 140 Grad Umluft gar ziehen lassen. Einen Esslöffel Butter in die Pfanne mit dem Bratenfett geben und die Schalotten darin andünsten. Anschließend den Thymian hinzugeben und das Ganze mit dem Portwein und dem Kalbsfond ablöschen. Die Sauce etwa zehn Minuten köcheln lassen, bis sie dickflüssig wird. Aus dem restlichen Öl, zwei Esslöffeln Wasser, dem Essig, dem Senf, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Den Spinat mit der Vinaigrette vermengen. Die Walnüsse hacken und darüber streuen. Das Kalbssteak mit der Fächerkartoffel auf Tellern anrichten, mit der Portwein-Schalotten-Soße und dem Spinatsalat garnieren und servieren.

Michael Junglaß am 24. August 2011