

# Toast mit Kalb-Rücken, Avocado-Mayonnaise und Salat

**Für zwei Personen**

**Für den Kalbsrücken:**

200 g Kalbsrücken	1 Knoblauchzehe	1 Schalotte
8 Kirschtomaten	40 ml Marsala	60 ml Rotwein
40 ml alten Balsamico	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
40 ml Sonnenblumenöl	Meersalz	Pfeffer

**Für das Toastbrot:**

2 Scheiben Toastbrot	40 g Butter
----------------------	-------------

**Für die Mayonnaise:**

1 Avocado	1 Limette	1 Ei
6 g Wasabipaste	60 ml Waldblütenhonig	100 ml Olivenöl
Cayennepfeffer	weißer Pfeffer	Meersalz
<b>Für den Salat:</b>	1 rote Spitzpaprika	1 großer Steinchampignon
50 g Salatspitzen	20 g Parmesan	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch

**Für den Kalbsrücken:**

Den Backofen auf 175°C Umluft vorheizen.

Kalbsrücken waschen, trocken tupfen und mit Meersalz und Pfeffer würzen. Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch abziehen und kleinhacken. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe mit Sonnenblumenöl erhitzen, Knoblauch, Thymian und Rosmarin zufügen.

Schalotte abziehen, kleinhacken und zusammen mit dem Fleisch mit in die Pfanne geben. Kirschtomaten abwaschen und halbieren und ebenfalls in die Pfanne geben. Fleisch aus der Pfanne nehmen und im Ofen auf dem Gitter ca. 16 Minuten garen. Währenddessen den Bratenrückstand in der Pfanne mit Marsala und Rotwein ablöschen und etwas reduzieren lassen. Anschließend den Balsamico hinzufügen und beiseite stellen. Fleisch aus dem Ofen nehmen und an einem warmen Ort ruhen lassen.

**Für das Toastbrot:**

Toast in einer Pfanne mit etwas Butter goldgelb anbraten und kurz mit einem Küchenpapier abtupfen.

**Für die Mayonnaise:**

Ei trennen und mit der Wasabipaste in einem hohen Gefäß mit dem Handrührgerät aufschlagen. Nach und nach das Öl während des Mixens einfließen lassen, sodass eine glatte Mayonnaise entsteht. Anschließend die Avocado halbieren, auslöffeln und in kleine Stücke schneiden.

Avocadowürfel nach und nach mit einem Mixstab in die Mayonnaise mixen. Limette halbieren und auspressen. Mit dem Saft und der Schale einer halben Limette und mit einer Prise Cayennepfeffer abschmecken. Je nach Geschmack mit Waldblütenhonig, weißem Pfeffer und Meersalz abschmecken.

**Für den Salat:**

Paprika waschen, in dünne Streifen schneiden und abwechselnd mit Salatspitzen und Fleisch im Sandwich stapeln.

Champignon putzen, fein hobeln, ebenfalls drauf verteilen und mit dem Bratenfond beträufeln. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und kleinschneiden. Parmesan reiben und zusammen mit dem Schnittlauch auf das Sandwich geben.

Das Gericht anrichten und servieren.

Sabrina Zipfel am 12. Juli 2018