

Scholle mit Kalb-Zunge und gebratenem Spargel

Für 4 Personen

100 g Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	3 Zweige Thymian
3 Zweige Rosmarin	1 Kalbszunge, gepökelt	Meersalz
1 Bund Schnittlauch	100 ml Balsamicovinaigrette	300 g weißer Spargel
100 g grüner Spargel	1 TL Zucker	4 frische Schollenfilets á 100 g
Pfeffer	60 g Butter	1 EL Sonnenblumenöl
30 g Parmesan		

Für die Salsa verde:

80 g Basilikumblätter	50 g Blattpetersilie	2 Knoblauchzehen
1 Bio-Zitrone	1/2 Bio-Orange	1 Sardellenfilet
150 ml Olivenöl	30 g Tramezzinibrot	Meersalz, Pfeffer

Zwiebeln schälen und halbieren, Knoblauch schälen, Thymian und Rosmarin abspülen und trocken schütteln. Die Kalbszunge mit Zwiebeln, Knoblauch, Rosmarin und Thymian in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und leicht salzen. Kalbszunge kochen lassen, bis sie weich ist, ca. 1,5 Stunden. Anschließend die Haut abziehen und die Zunge kalt stellen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Die kalte Zunge in 1 cm dicke Scheiben schneiden, mit der Vinaigrette marinieren und mit dem Schnittlauch bestreuen.

Den Spargel schälen, die harten Spargelenden abschneiden, Spargel in ca. 3 cm lange Stifte schneiden, mit etwas Salz und Zucker marinieren, so dass er Wasser zieht.

In der Zwischenzeit für die Salsa verde Basilikum und Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Knoblauchzehen schälen. Von der Zitrone und Orange die Schale abreiben. Kräuter mit Knoblauch und Zitrusfrüchteabrieb, Sardellenfilet, Olivenöl und Brot in einen Mixer geben, fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schollenfilets mit Salz und Pfeffer würzen. 1 EL Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Schollenfilets zugeben und nur gar ziehen lassen in ca. 4 Minuten.

Marinierten Spargel in einer Pfanne mit etwas Öl leicht braun braten und die restliche Butter zugeben. Der Spargel sollte bissfest sein. Parmesan fein reiben, unterheben und nochmals abschmecken. Marinierte Kalbszungenscheiben auf warmen Tellern verteilen, Schollenfilet darauf setzen, mit dem gebratenen Spargel belegen und die Salsa verde über allem verteilen.

Grundrezept Balsamico-Vinaigrette:

100 ml Rapsöl
65 ml weißer Balsamico
35 g Senf, mittelscharf
30 ml Wasser
50 g Zucker
Meersalz, Pfeffer
150 ml mildes Olivenöl

Alle Zutaten bis auf das Olivenöl in einen Mixer geben, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Während der Mixer läuft, das Olivenöl nach und nach einfließen lassen bis eine Emulsion entsteht.

Frank Buchholz am 04. Mai 2015