

# Kalb-Steak mit grüner Pfeffer-Soße und Spargel-Soufflé

**Für 4 Personen**

**Für das Spargelsoufflé:**

500 g weißer Spargel	Salz	1 Prise Zucker
1 EL Butter	1/2 Bund Kerbel	2 Eier
200 g Schichtkäse	Pfeffer	

**Für die Steaks:**

3 Schalotten	2 EL Olivenöl	Meersalz
2 EL Himbeeressig	100 ml Portwein	1 Lorbeerblatt
2 Zweige Thymian	4 Kalbsrückensteaks à 150 g	Pfeffer
150 ml Rotwein	2 TL grüner Pfeffer	1 EL Butter

Für das Spargelsoufflé:

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Spargel schälen, die Enden abschneiden. Spargel mit eine Küchenschnur bündeln und in kochendem Salzwasser dem etwas Zucker und 1/2 TL Butter beigefügt ist, ca. 7 Minuten bissfest garen. Den Spargel aus dem Wasser nehmen, kalt abschrecken, gut abtropfen lassen und die Küchenschnur entfernen. Spargel in 1 cm große Würfel schneiden, auf Küchenpapier gut trocknen lassen und leicht salzen. Den Kerbel abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Eier trennen und das Eiweiß aufschlagen. Den Schichtkäse mit Eigelb und Kerbel gut verrühren, die Spargelstücke untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und den Eischnee vorsichtig unterheben. 4 Souffléförmchen (ca. 10 cm Durchmesser) ausbuttern, Spargelmasse einfüllen und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen. (Die Masse darf nicht höher als einen Zentimeter steigen. Sollte sie höher steigen, die Ofentür öffnen, das Soufflé noch 5 Minuten ziehen lassen und dann sofort servieren.)

Für die Steaks:

In der Zwischenzeit für die Steaks Schalotten schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, salzen und mit Himbeeressig und Portwein ablöschen. Lorbeerblatt und Thymian zugeben und die Flüssigkeit sämig einkochen. Steaks mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten bei mittlerer Hitze jeweils ca. 4 Minuten braten. Dann aus der Pfanne nehmen und mit Alufolie abgedeckt ca. 5 Minuten ruhen lassen. In der Pfanne den Bratensatz mit Rotwein ablöschen, den Ansatz der Schalottensauce und grünen Pfeffer zugeben. Lorbeerblatt und Thymian entfernen. Alles gut aufkochen. Den aus den Steaks ausgetretenen Bratensaft dazugeben und die Sauce mit 1 TL Butter binden. Soufflé vorsichtig aus den Förmchen stürzen. Die Steaks anrichten, mit der Pfeffersauce übergießen und dem Spargelsoufflé servieren.

Vincent Klink am 15. Mai 2014