

# Kalb-Steak mit Pfeffer-Soße

**Für 4 Personen**

**Für Püree und Gemüse:**

700 g Kartoffeln, mehlig	Salz	100 ml Milch
50 g Butter	1 Prise Muskatnuss	6 Macadamianüsse
2 runde Zucchini	1 Schalotte	2 EL Olivenöl
Piment-d'Espelette		

**Sauce:**

1 TL eingel. grüne Pfefferkörner	2 Schalotten	2 EL Butter
50 ml Cognac	30 ml Portwein	100 ml Kalbsfond
Salz	1 TL weiße Pfefferkörner	50 ml weißer Portwein
100 ml Geflügelfond	100 ml Sahne	

**Kalbsteak:**

ca. 600 g Kalbsrücken	2 Zweig Thymian	2 Zweige Rosmarin
Salz, Pfeffer	2 EL Pflanzenöl	1 EL Butter

Für das Püree die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen.

Für die Sauce die grünen Pfefferkörner mit kaltem Wasser abwaschen. Schalotten schälen und fein schneiden. In einem Topf die Hälfte der Butter erhitzen, die Hälfte der Schalotten darin anschwitzen, grüne Pfefferkörner zugeben mit dem Cognac und dann mit dem Portwein ablöschen und nahezu einkochen lassen. Dann mit Kalbsfond auffüllen und die Sauce nochmals zur gewünschten Konsistenz einkochen. Die Sauce mit Salz abschmecken.

Für die helle Pfeffersauce einem weiteren Topf restliche Butter erhitzen, restliche Schalotten darin anschwitzen, weiße Pfefferkörner zugeben. Mit dem weißen Portwein und Geflügelfond ablöschen und nahezu einkochen lassen. Dann Sahne hinzufügen, kurz einkochen und mit Salz die Sauce abschmecken.

Kartoffeln abgießen, durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Milch erhitzen und mit Butter mit einem Holzkochlöffel unter die Kartoffeln rühren. Das Püree mit Salz und einer Prise Muskat abschmecken. Macadamianüsse grob hacken, unter das Püree mischen und bis zum Servieren warm halten.

Zucchini waschen, putzen, halbieren und in Spalten schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Schalotten und Zucchini darin anbraten. Mit Salz und Piment d'Espelette würzen.

Den Kalbsrücken in 4 ca. 2-2,5 cm starke Steaks schneiden. Rosmarin und Thymian abbrausen und trocken schütteln. Die Steaks mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne Pflanzenöl erhitzen, die Steaks und die Kräuterzweige zugeben und die Steaks von beiden Seiten je ca. 4 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Zuletzt Butter zugeben.

Die Steaks anrichten, beide Saucen angießen. Zucchini und Kartoffelpüree dazu reichen.

Karlheinz Hauser am 01. November 2016