

Kalb-Rücken-Scheiben, Pilz-Vinaigrette, Feldsalat-Pesto

Für 4 Personen

Feldsalatpesto:

20 g Pinienkerne	120 g Feldsalat	3 Knoblauchzehen
80 g Parmesan	Meersalz	250 ml Olivenöl
Pfeffer		

Parmesanchips:

150 g Parmesan	1 Msp. Pfeffer	1 TL Mehl
Öl		

Pilz-Vinaigrette:

200 g Speisepilze	2 Schalotten	3 Stiele Thymian
2 EL Butter	Salz	Pfeffer
1 Spritzer Zitronensaft	2 EL Essig	1 TL Honig
4 EL Olivenöl		

Außerdem:

400 g ausgel. Kalbsrücken	Olivenöl	Salz, weißer Pfeffer
zum Garnieren:	Feldsalat	2 EL Pinienkerne

Die Pinienkerne für das Pesto und die Garnitur in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Den Feldsalat für das Pesto und die Garnitur putzen, waschen und gründlich trocken schleudern.

Die Knoblauchzehen abziehen und grob würfeln, Parmesan fein reiben.

Feldsalat, Knoblauch, Salz, Parmesan, Pinienkerne und Öl in einen Standmixer geben und rasch zu einem feinen Pesto pürieren. Das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken, zugedeckt beiseite stellen.

Für die Käsechips Parmesan fein reiben und mit Pfeffer und Mehl gründlich vermischen.

Etwas Öl in einer beschichteten Pfanne portionsweise erhitzen.

Je etwa einen Esslöffel der Parmesanmischung in der Pfanne zu runden Talern verstreichen. Schmelzen lassen und goldbraun und knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Pilz-Vinaigrette Pilze putzen, anhängenden Sand abreiben. Pilze klein schneiden.

Schalotten abziehen und fein würfeln. Thymian abbrausen, trocken schütteln, fein schneiden.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Pilze und Schalotten darin unter Wenden braten. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.

Essig, etwas Salz, Honig, Thymian und Öl zu einer Vinaigrette verquirlen. Die Pilze untermischen und abschmecken.

Den Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch in 5 Scheiben à ca. 80 g schneiden. Die Steaks trocken tupfen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, die Steaks darin von beiden Seiten sehr kurz kräftig anbraten. Im heißen Backofen bis zu einer Kerntemperatur von 42 Grad fertig garen, sodass sie noch leicht rosa sind.

Steaks zugedeckt kurz ruhen lassen.

Zum Servieren die Steaks mit Salz und Pfeffer würzen und in feine Streifen schneiden.

Steakstreifen auf Tellern anrichten.

Pilzvinaigrette und Feldsalatpesto darüber verteilen. Mit Parmesanchips, etwas Feldsalat und Pinienkernen anrichten.

Jörg Sackmann am 10. November 2020