Spargel mit Pfeffersteak

Spargel-Gerichte » Spargel & Rind

Zutaten (4 Personen)

» 2kg Spargel (weiß)
» Salz & Pfeffer
» Zitronensaft
» 1 EL Butter/Margarine
» 660g Rinderfilet(s)
» grober Pfeffer
» 2 EL Butterschmalz
» 100g Schalotte(n)
» 100ml Rotwein
» 400ml Instant-Klare-Brühe
» 1 Lorbeerblatt/ -blätter
» 2-3 EL Senf
» dunkler Soßenbinder
» 40ml Weinbrand
» Petersilie
» 1 rote Paprika

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
16-20€

Zubereitungszeit
bis 30min

Zubereitung

1. Spargel abbrausen, schälen, untere Enden abschneiden. Salzwasser in einem Topf erhitzen, Zitrone, Butter hineingeben, Stangen darin bissfest garen. Herausheben, warm stellen. Steaks abtupfen mit Pfeffer einreiben. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, Steaks darin medium oder durch braten. Herausnehmen, salzen, warm stellen.

2. Die Schalotten abziehen, würfeln und im verbliebenen Bratfett anschwitzen. Mit Wein, Brühe ablöschen, Lorbeerblatt und Senf dazugeben. Die Soße zum Kochen bringen, 5min reduzieren lassen. Dann mit Soßenbinder leicht binden, mit Weinbrand, Salz und Pfeffer abschmecken. Alles anrichten, mit Petersilie und Paprikastreifen garnieren.

Nährwerte: 360kcal/E38g/F16g/KH6g pro Portion

angelegt am: 15.05.2006 Rezept-Nr: 2012

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke