



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Event-Chochete vom 11.04.2019

Blätterteig-Variationen
Crumble mit roter Peperoni und Frischkäse
Rüebli-Ingwer-Suppe
Salat von weissen Spargeln und Erdbeeren
an weissem Balsamico-Honigdressing
Ravioli mit Morchelfüllung
Gedämpftes Zanderfilet auf Venere-Reis
mit Erbsenpüree und Riesling-Schaum
Sorbet von Zitrusfrüchten mit Earl Grey
Kalbs-Tagliata mit grünen Spargeln
Whisky-Brombeeren mit Mascarponecrème

Kalbs-Tagliata mit grünen Spargeln

Für 10 personen

Zutaten:

		Fleisch
1,2	Kg	Kalb carré
		Salz, schwarzer Pfeffer aus der
2	EL	Oliveöl zum Braten
		Vinaigrette
2	Bund	Basilikum
4	EL	Zitronensaft
8	EL	Gemüsebouillon
8	EL	Oliveöl
		Spargeln
1,5	Kg	Spargel grün
1	Bund	Frühlingszwiebel
120	g	Dörrtomaten in Öl eingelegt, abgetropft
		Oliveöl zum Braten
		Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

1. Den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte sowie 10 Teller mitwärmen.
2. Wenn nötig den Fettdeckel des Kalb carrés abschneiden. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen.
3. In einer Bratpfanne 2–3 Esslöffel Oliveöl kräftig erhitzen. Das Kalb darin rundum insgesamt etwa 3 Minuten anbraten. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im 80 Grad heißen Ofen 1 1/2 Stunden nachgaren lassen.
4. Für die Vinaigrette die Basilikumblätter fein hacken. Zitronensaft, Bouillon, Salz, Pfeffer und Oliveöl zu einer Sauce rühren. Das Basilikum untermischen.
5. Die grünen Spargeln kalt spülen und das hintere Drittel abschneiden. Dann die Spargeln schräg in etwa 3 cm lange Stücke schneiden, dabei sehr dicke Stangen der Länge nach halbieren.
6. Die Frühlingszwiebeln rüsten und mitsamt schönem Grün fein hacken. Die Dörrtomaten auf Küchenpapier abtropfen lassen, dann klein würfeln.
7. Kurz vor dem Servieren in einer grossen Bratpfanne oder in einem Wok etwas Oliveöl erhitzen. Die Spargeln hineingeben, mit Salz und Pfeffer würzen und unter häufigem Wenden 3–4 Minuten knackig braten. Dann die Frühlingszwiebeln und die Dörrtomaten beifügen und alles nochmals 1 1/2–2 Minuten fertig braten.
8. Gleichzeitig mit der Beigabe der Frühlingszwiebeln zu den Spargeln die vorgewärmten Teller aus dem Ofen nehmen und die Ofentemperatur von 80 auf 230 Grad erhöhen. Die doppelten Kalbssteaks in der aufsteigenden Hitze 5 Minuten Temperatur annehmen lassen.
9. Die Spargeln auf den vorgewärmten Tellern anrichten. Das Kalb in feinen Scheiben aufschneiden und auf den Spargeln anrichten. Alles mit etwas Basilikum-Vinaigrette beträufeln.