

Kotelett mit brauner Soße, Kartoffel-Stampf, Spargel

Für zwei Personen

Für den Kartoffelstampf:

400 g mehligk. Kartoffeln	125 g Butter	100 ml Sahne
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für das Kotelett:

2 Koteletts	3 Knoblauchzehen	Butter
Rapsöl	Salz	Pfeffer

Für die braune Sauce:

$\frac{1}{2}$ Karotte	$\frac{1}{4}$ Lauch	$\frac{1}{4}$ Knollensellerie
400 ml Bratenfond	50 g Butter	

Für den grünen Spargel:

250 g grüner Spargel	1 EL weißer Sesam	Butter, Salz
----------------------	-------------------	--------------

Für den Kartoffelstampf:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln schälen und klein schneiden. In kochendem Salzwasser garen.

Dann abgießen, kurz auskühlen lassen und Butter, sowie Sahne hinzugeben. Alles miteinander zerstampfen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Für das Kotelett:

Fleisch großzügig salzen und dann mit etwas Rapsöl in einer Pfanne von beiden Seiten kurz scharf anbraten. Knoblauch mit Schale andrücken und mit in die Pfanne geben. Butter hinzugeben, schmelzen lassen und Fleisch mit Knoblauch und Butter arrosieren. Dann Fleisch im vorgeheizten Backofen bis zu einer Kerntemperatur von 58 Grad ziehen lassen. Pfanne mit Knoblauch und Bratensatz für Sauce verwenden.

Kotelett etwa 5 Minuten vor dem Servieren aus dem Backofen holen und ruhen lassen.

Für die braune Sauce:

Karotte und Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Lauch putzen und in Ringe schneiden. In der Fleischpfanne kurz und scharf anbraten und dann mit Fond ablöschen. Etwa 5 Minuten reduzieren lassen. Durch ein Sieb abseihen und mit Butter aufmontieren.

Für den grünen Spargel:

Die unteren 3-4 cm vom Spargel schälen. Spargel in eine Pfanne mit etwas Butter geben und von allen Seiten anbraten. Mit Salz würzen.

Sesam zum Ende der Garzeit hinzugeben und kurz mit rösten.

Alexander Wellmann am 08. April 2024