

Kalb-Steak mit Knöpfli, Möhren und Morchel-Rahm-Sauce

Für zwei Personen

2 Kalbssteaks, à 200 g	150 g Karotten	40 g Morcheln, getrocknet
1 Zitrone	1 Zwiebel	1 Ei
200 g Mehl	1 EL Speisestärke	1 EL Zucker
1 TL Salz	3 EL Butter	150 ml Milch
200 ml Sahne	200 ml Kalbsfond	3 EL Cognac
20 ml Mineralwasser	2 EL Rapsöl	Senf, Cayennepfeffer
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Die Morcheln in eine Schüssel mit Wasser geben und mindestens fünf Minuten einweichen lassen. Die Steaks waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Steaks darin von beiden Seiten anbraten. Das Fleisch anschließend aus der Pfanne nehmen und zum Warmhalten in den vorgeheizten Backofen geben. Das Öl aus der Pfanne vom Fleisch entfernen und einen Esslöffel der Butter hineingeben. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und in die heiße Butter geben. Die Morcheln abgießen, klein schneiden und zu den Zwiebeln in die Pfanne geben. Die Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Die Morcheln mit dem Zitronensaft und etwas Cayennepfeffer würzen. Mit dem Cognac ablöschen und dem Kalbsfond auffüllen. Alles so lange einkochen lassen, bis die Sauce sämig wird. Die Karotten schälen und in schräge Stücke schneiden. Einen Esslöffel Butter zusammen mit dem Zucker in einer Pfanne erhitzen, karamellisieren und die Karotten hineingeben. Die Karotten mit Salz würzen, dem Mineralwasser ablöschen und zugedeckt koche lassen, bis die Möhren bissfest sind. Die Milch mit 150 Millilitern Wasser mischen. Das Mehl zusammen mit dem Ei, einem Teelöffel Salz sowie der Milch- Wasser-Mischung zu einem glatten Teig verarbeiten. Eine ausreichende Menge Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Den Teig mit der Knöpflireiber in das siedende Wasser reiben. Die Knöpfli abschöpfen, sobald sie an der Oberfläche schwimmen. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und die Knöpfli darin schwenken. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der Speisestärke binden. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen. Die Steaks zusammen mit den Knöpfli und den Karotten auf einem Teller anrichten. Die Sauce darüber geben und servieren.

Martha Bühler-Tschikof am 18. September 2013