

Spargel mit Kalb-Rücken und Rote-Bete-Gemüse

Für 4 Personen:

Für den Kalbsrücken:

800 g Kalbsrücken	grobes Meersalz	Butterschmalz
1 Bund frischer Thymian	1 Knolle frischer Knoblauch	

Für Kartoffeln und Gemüse:

500 g festk. Frühkartoffeln	6 kl. Knollen Rote Bete	2 rote Zwiebeln
3 Schalotten	Olivenöl	frischer Knoblauch
Weißwein-Essig	12 Erbsenschoten	

Für den Spargel:

500 g weißer Spargel	250 ml Olivenöl	frischer Knoblauch
Salz	1 Prise Zucker	

Für die Weißwein-Soße:

Zitronensaft	2 Schalotten	100 ml Weißwein
100 ml Gemüsebrühe	200 ml Sahne	50 g kalte Butter
Salz, Pfeffer	Honig	1 Spritzer Zitronensaft

Anrichten:

1 Zweig Cherry-Tomaten	Olivenöl	ein paar Radieschen
frisches Basilikum		

Für den Kalbsrücken:

Den Kalbsrücken zunächst auf der Fettseite fein einschneiden. Danach entgegengesetzt einschneiden, sodass circa 0,5 cm große Quadrate entstehen.

Wichtig ist, dass dabei nur das Fett und nicht das Fleisch eingeschnitten wird.

Anschließend mit grobem Meersalz würzen und das Salz etwas einziehen lassen.

In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und den Kalbsrücken auf der Fettseite scharf anbraten. Nach 3-4 Minuten wenden und weitere 3 Minuten anbraten.

Thymian und ein paar Knoblauchzehen auf die krosse Fettseite des Fleisches legen und in eine Auflaufform geben. Je nach Ofenstärke 5-10 Minuten bei 120 Grad im Ofen zu Ende garen.

Für Kartoffeln und Gemüse:

Kartoffeln waschen oder bürsten. Die Stiele der Rote-Bete-Knollen 4-5 cm über der Knolle abschneiden und beiseitelegen. Die Knollen waschen und trocknen. Rote Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die ganzen Kartoffeln mit der Roten Bete sowie den Zwiebel-Spalten darin anbraten. Etwas salzen und anschließend bei 160 Grad 15-20 Minuten im Ofen garen.

Die Schalotten schälen und in Würfel schneiden. Die Stiele der Roten Bete klein schneiden. Die Schalotten in Olivenöl mit etwas Knoblauch anbraten, die Rote-Bete-Stiele hinzufügen und auch leicht anbraten, dann vom Herd nehmen. Wasser mit etwas Weißwein-Essig zum Kochen bringen. Die Erbsen aus den Schoten puhlen und im Wasser blanchieren. Abgießen, abschrecken und zum Schalotten-Rote-Bete-Mix geben.

Für den Spargel:

Den Spargel schälen und die Enden abschneiden. In eine feuerfeste Form geben, mit Olivenöl marinieren und mit Salz und Zucker würzen. Nach Geschmack ein paar geschälte Knoblauchzehen hinzufügen und bei 160 Grad 10-12 Minuten im Ofen garen.

Für die Weißwein-Soße:

Die Schalotten schälen, würfeln und in Olivenöl anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen. Einkochen und danach die Gemüsebrühe dazugeben. Erneut einkochen, dann die Sahne hinzufügen.

Mit der kalter Butter aufmixen und mit Salz, Pfeffer und etwas Honig abschmecken. Nach Geschmack 1 Spritzer Zitronensaft hinzufügen.

Anrichten:

Die Tomaten in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten. Kalbsrücken, Kartoffeln und Spargel aus dem Ofen nehmen, den Spargel halbieren, das Fleisch in Scheiben schneiden.

Zuerst den Schalotten-Rote-Bete-Erbesen-Mix auf die Teller geben, darauf den Spargel legen, daneben das Kartoffel-Rote-Bete-Gemüse drapieren und darauf den Kalbsrücken anrichten.

Radieschen in Scheiben schneiden und auf den Tellern verteilen. Die Weißweinsoße über das Gericht verteilen und die angebratenen Tomaten auf den Tellerrand legen.

Nach Geschmack mit ein paar frischen Basilikumblättern garnieren.

Tarik Rose am 06. März 2022