

Spaghetti in Lauch-Soße und Filet-Streifen

Für vier Portionen

250 g Spaghetti	Salz	1 Stange Lauch
50 g Bacon, in Scheiben	20 g Butter	Muskatnuss
50 ml Weißwein	150 ml Gemüsebrühe	150 ml Sahne
Pfeffer	500 g Rinderfilet	1-2 EL Olivenöl
1 Bund Schnittlauch		

Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser al dente kochen. Anschließend abgießen.

Lauch putzen, gründlich waschen und in dünne Ringe schneiden. Bacon kleinwürfeln. Butter in einem Topf schmelzen, Lauch und Bacon darin drei bis vier Minuten anbraten. Mit dem Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Gemüsebrühe und Sahne aufgießen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Sauce offen bei mittlerer Hitze etwa fünf Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit das Rinderfilet in dünne Streifen schneiden. Eine Pfanne gut vorheizen, Olivenöl zugeben und das Fleisch portionsweise darin ein bis zwei Minuten unter Wenden braten. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch kleinschneiden.

Die Spaghetti in die Lauchsauce geben und unterschwenken. In Pastatellern anrichten, die Filetstreifen darauf geben. Mit dem Schnittlauch bestreuen.

Horst Lichter am 29. August 2015