

Zubereitung

Kalbssteaks mit Morchelsauce

ca. 30Min.



4 Personen

Fleisch

4 **Kalbssteaks** (je ca. 150 g), ca. 30 Min. vor dem Braten aus dem
z. B. Nierstück KÜHLSCHRANK nehmen. Fettrand mehrmals
einschneiden

Bratbutter zum Braten

in einer Bratpfanne heiss werden lassen.
Steaks beidseitig je 1 Min. anbraten, Hitze
reduzieren, bei mittlerer Hitze beidseitig je
ca. 2 1/2 Min. fertig braten,
herausnehmen. Gesamtbratzeit: ca. 7
Min.

0.5 TL **Salz**

wenig **Pfeffer** aus der Mühle

0.25 TL **Paprika**

alles mischen, Steaks würzen, warm
stellen, Bratfett mit Haushaltspapier
auftupfen, evtl. wenig Bratbutter begeben

Garprobe: Das Fleisch ist gar, wenn sich an der Oberfläche kleine
rosafarbene Tröpfchen bilden.

Sauce

1	Schalotte , fein gehackt	in derselben Pfanne andämpfen
20 g	getrocknete Morcheln , eingeweicht, abgetropft, evtl. halbiert	mitdämpfen
1 dl	Weisswein	
1 EL	Zitronensaft	dazugiessen, etwas einköcheln
2 dl	Fleischbouillon	dazugiessen, Flüssigkeit auf die Hälfte einkochen
1.8 dl	Saucenrahm	dazugiessen, aufkochen, ca. 1 Min. kochen
nach Bedarf	Salz und Pfeffer	
0.5 TL	Paprika	würzen, Sauce auf die vorgewärmten Teller verteilen, Fleisch darauf anrichten

Tipp

Statt getrocknete 100 g frische Morcheln verwenden.

Dazu passen:

Teigwaren.

Niedergarmethode:

Fleisch ca. 30 Min. vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Ofen auf 80 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Fleisch beidseitig je ca. 2 Min. anbraten, würzen, auf die vorgewärmte Platte legen. Garen: ca. 40 Min. im vorgeheizten Ofen. Die Steaks können anschliessend bei 60 Grad bis zu ca. 30 Min. warm gehalten werden.