

# Kalbssteaks mit Bärlauch-Kartoffelgratin

Kategorie: Fleischgericht

Rezept Nr.: 89

Portionen: 4

Zutaten	Mengen	Bemerkungen
Kalbssteaks	180 Gramm/Stück	3-4 cm dick
Süßholzstöckchen	4 Stück	zum Feststecken
Butter	4 EL	
Gemüsebrühe	0,1 Liter	
Kalbsfond	0,1 Liter	
Milch	0,2 Liter	
Dijon-Senf	1 EL	
Rucola	1 EL	besser Blüten vom schwarzen Senf

## Zubereitung

1. Steaks mit wenig Salz und etwas Pfeffer einreiben. Bei Bedarf zusammenbinden und mit einem Süßholzspan feststecken.

2. Butter in einer großen Pfanne erhitzen bis sie braun wird. Hitze zurücknehmen und die Steaks von beiden Seiten je 4 Minuten braten. Herausnehmen und fest in Alufolie wickeln, damit sie weitergaren.

3. Fett abgießen, Gemüsebrühe in die Pfanne geben, auf 1/3 reduzieren. Kalbsfond zugeben und wieder auf 1/3 reduzieren. Milch zufügen und auf die Hälfte reduzieren. Durch ein feines Sieb in einen Topf gießen, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Senf und Senfblüten (bzw. Rucola) zugeben. 5 Minuten ziehen lassen, nicht kochen. Mit einem Mixstab pürieren und durch ein Sieb streichen, abschmecken.

4. Anrichten: Kalbssteak mit jeweils 2 EL Sauce pro Teller anrichten. Mit etwas Fleur de Sel (oder grobem Meersalz) und grob gestoßenem Pfeffer bestreuen. Mit gehackten Senfblüten garnieren. Dazuein Bärlauch-Gratin servieren.

Weinempfehlung: Das feine Gericht sollte begleitet werden durch einen nicht zu dominanten und kräftigen Rotwein, mit viel Frucht, etwa einem Beaujolais Cru (Fleurie) oder einem Côte de Beaune (Savigny). Schön dazu auch die Rotweine aus dem französischen Jura. Es passt aber auch ein voller Weißwein mit nicht zu kräftiger Säure: Ein weißer Burgunder (Pouilly-Fuissé; Meursault), Weißweine von der Rhône und aus Südfrankreich aus Roussanne- und Marsanne-Trauben oder ein badischer Grauburgunder.