

Flanksteak

mit grünem Spargel und Parmesan-Drillingen



Zutaten für 4 Personen:

800g Flanksteak (Bauchlappen vom Rind)	50g Parmesan
400g grüner Spargel	4 Eier
500g Drillinge	300g Butter
50g Schalotten	100ml Weißwein
2 Zehen Knoblauch	100ml Olivenöl
1 Zweig Rosmarin	400ml Pflanzenöl
1 Bund Estragon	20g Fleur de Sel
½ Zitrone	Gemahlener schwarzer Pfeffer

Flanksteak im Ganzen kurz in der Pfanne anbraten und danach für 15 Minuten bei 100°C im Ofen ziehen lassen. Den ungeschälten Spargel mit Salz, Pfeffer, Zucker, Zitronensaft und etwas Öl marinieren und in einer Grillpfanne grillen. Drillinge der Länge nach samt Schale in 3cm dicke Scheiben schneiden. Anschließend in einer Pfanne mit Pflanzenöl zweimal ausbacken.

Vor dem Anrichten die Kartoffeln mit etwas Fleur de Sel würzen und mit fein geriebenem Parmesan garnieren. Für die Sauce Bernaise die Butter klären. Die Eier trennen. Die Schalotten in feine Würfel schneiden. Den Weißwein mit den Schalottenwürfeln, Estragonstielen, schwarzem Pfeffer und Salz auf die Hälfte reduzieren und etwas abkühlen lassen. Flüssigkeit mit dem Eigelb mischen und über einem Wasserbad bei 65° Grad schaumig aufschlagen. Danach die geklärte Butter zugeben bis die Sauce bindet. Zum Schluss die Estragonblätter fein hacken und dazugeben.

Wir wünschen guten Appetit!

Kastenmeiers
FISCHRESTAURANT & CATERINGSERVICE

Tzschirnerplatz 3-5 · 01067 Dresden
0351/48 48 48 01 · www.kastenmeiers.de



brinkmeier
Küchen- und Tischtextilien seit 1950

Gerd kastenmeier

kastenmeiers

kastenmeier