



www.chöcheler.ch



Chöcheler's Rinds-Steak auf Zitronenspargeln

Ein feines, leichtes Frühlingsgericht.
Einfach zum Zubereiten und ganz speziell im Geschmack. Damit konnte ich schon oft brillieren ☺

Zutaten für Chöcheler's Rinds-Steak auf Zitronenspargeln

4 Stück	Steaks vom Rind 200 Gramm
600 gr	Grüne Spargeln
25 gr	Butter
1 dl	Gemüsebouillon oder Weisswein
2 dl	Rahm
½	Biozitrone (abgeriebene Schale...NUR DAS GELBE!!)

Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft, Zitronenzesten, Zitronenscheiben dünn geschnitten

Zubereitung

Ofen vorheizen auf 80°. Platte und Teller darin vorwärmen

Steaks trockentupfen, würzen und beidseitig je 3 Minuten anbraten. Sie dürfen ruhig etwas Farbe bekommen. Dann sofort in den Ofen auf die Platte legen und während 20-25 Minuten niedergaren.

Spargeln wenn nötig schälen und schräg in Stücke schneiden.

Diese Stücke dann in Butter anbraten und mit Bouillon oder Weißwein ablöschen.

Spargelstücke nicht zu weich kochen, dann Rahm, abgeriebene Schale und Zitronensaft zugeben.

Alles sämig einkochen und mit Salz, Pfeffer abschmecken. Wer es mag darf noch ein wenig Zitronensaft zugeben.

3-4 feine Zitronenscheiben auf Teller geben, Spargel darauf geben (so dass man die Zitronenscheiben noch sieht). Steak aufschneiden und schön auf den Spargeln anrichten.