

# Kochen mit Klaus

## Bärlauch-Spaghetti mit Spargel & Filet

### Zutaten: (Für 4 Personen)

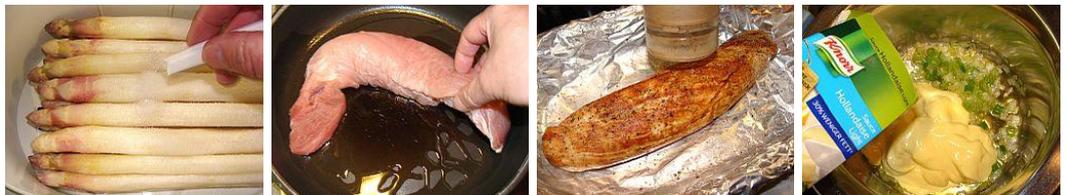
- 1 kg weißer Spargel, Salz, Zucker, Zitronensaft, 600 g Schweinefilet,
- 300 g Spaghetti, 1 Lauchzwiebel, Weißwein, 250 ml Hollandaise light
- 30 g Bärlauch, Butter, Pfeffer, 2 EL grob gehackte Walnüsse, Öl

### Zubereitung:

1. Filet waschen, trockentupfen u. von den Sehnen befreien. Zwiebelweiß klein, Zwiebelgrün in Ringe schneiden. Bärlauch klein hacken. Spargel schälen u. Enden abschneiden. Spargel mit Salz, Zitronensaft u. Zucker bestreut im Dampfgarer ca. 25 Min. garen. Nudeln nach Angabe zubereiten.



2. Filet in heißem Öl rundum scharf anbraten, salzen, pfeffern u. in einem ofenfesten Gefäß bei 100°C im Ofen 20-25 Min. ziehen lassen.



3. Zwiebeln in Butter glasig dünsten, Hollandaise zugeben. Aufkochen, mit etwas Wein verlängern. Mit Salz, Pfeffer u. Zitronensaft würzen. Nudeln abgießen, zurück in den Topf geben u. Bärlauch unterheben.



4. Filet aufschneiden, mit Spargel, Sauce, Beilage u. gehackten Walnüssen garniert servieren.

*Tipp des Chaoten: Dazu einen trockenen Weißwein servieren.*

