

# Kochen mit Klaus

## Bärlauch-Spargel-Spaghetti mit Filet

Zutaten: (Für 4 Personen)

- 1 Zwiebel, 300 g Spaghetti, 500 g Schweinefilet, 500 g Spargel, Salz,
- Zucker, 1 EL Zitronensaft, Zitronenpfeffer, 5 Blätter Bärlauch, Butter,
- 2 EL Walnüsse, 2 EL helle Sauce, 1 P. Hollandaise légère, Weißwein

### Zubereitung:

1. Zwiebel fein würfeln. Walnüsse grob hacken. Bärlauch waschen u. in feine Streifen schneiden. Spargel schälen, Ende abschneiden u. in Stücke scheiden. Mit Zucker u. Zitronensaft ca. 15 Min. in Salzwasser kochen nach 10 Min. die Spitzen zugeben. Filet salzen, pfeffern.



2. Filet in heißem Öl von allen Seiten scharf anbraten. Herausnehmen u. in Alufolie eingewickelt für 30 Min. bei 100°C im Ofen garen.



3. Zwiebeln in Butter glasig dünsten, mit Hollandaise u. 150-200 ml Spargelsud ablöschen, helle Sauce einrühren, Spargel mit Bärlauch zugeben u. einige Min. kochen. Mit Salz u. Zitronenpfeffer würzen. Mit etwas Wein verlängern.



4. Nudeln nach Angabe zubereiten, abgießen, mit Sauce bedeckt u. Walnüssen bestreut zum in Scheiben geschnittenen Filet anrichten.

*Tipp des Chaoten: Sehr lecker, unbedingt ausprobieren!*



Erstellt von Klaus am 16.04.2014