

Kochen mit Klaus

Spargel zu Zitronensauce mit Hüftsteaks

Zutaten: (Für 2 Personen)

- 600 g weißer Spargel, Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Zucker, 1 Zwiebel,
- 2 (400 g) Hüftsteaks, ½ rote Paprika, 4 TL Mango-Chutney,
- 15 g Ingwer, 1 Pck. Zitronen Butter Sauce, Butter, TK-Petersilie

Zubereitung:

1. Spargel ganz schälen, Enden abschneiden, mit Salz, Zitronensaft u. Zucker bestreut im Dampfgarer oder im Topf ca. 25 Min. garen (Sud aufheben). Zwiebel u. Ingwer schälen, mit Paprika fein würfeln.



2. Fleisch waschen, trocken tupfen, pfeffern u. in heißem Öl rundum scharf anbraten. In eine Auflaufform legen u. bei 100°C ca. 20-25 Min. fertig garen.



3. Zwiebeln u. Paprika in heißer Butter glasig dünsten, mit 250 ml Spargelfond ablöschen, Fix einrühren u. aufkochen. Mit Chutney, Salz u. Pfeffer abschmecken. Petersilie einrühren.



4. Ingwer im Fleisch-Bratfett andünsten u. Spargel darin schwenken. Mit Spargel, Sauce u. mit Salz bestreutem Steak servieren.

Tipp des Chaoten: *Dazu Petersilienkartoffeln servieren!*

