



**DUKE'S
CUISINE**



REZEPTINSPIRATION

FESTLICHES KALBSTEAK

MIT ROSMARIN-KNOBLAUCH-BUTTER



REZEPTINSPIRATION

FESTLICHES **KALBSTEAK**

MIT **ROSMARIN-KNOBLAUCH-BUTTER**

ZUTATEN

[KALBSTEAK]

- 10 Kalbsteaks (je ca. 200-250g)
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 5-6 Zweige frischer Rosmarin
- 6-8 Knoblauchzehen, geschält und leicht angedrückt
- 200g Butter
- 3 EL Olivenöl
- 2 EL Dijon-Senf
- 1 EL Zitronensaft
- 200 ml Rinderfond
- 100 ml Weißwein (optional)
- 2 EL frische Petersilie, gehackt (optional, zum Garnieren)

[BEILAGE]

- Kartoffelgratin, Gemüse der Saison (z.B. grüne Bohnen oder Rosenkohl)





REZEPTINSPIRATION

FESTLICHES **KALBSTEAK**

MIT **ROSMARIN-KNOBLAUCH-BUTTER**

ZUBEREITUNG

1. Steaks vorbereiten: Die Kalbsteaks ca. 30 Minuten vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen, damit sie Zimmertemperatur annehmen. Leicht mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Rosmarin-Knoblauch-Butter: Die Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen. Den Rosmarin und die Knoblauchzehen hinzufügen und bei niedriger Hitze 5-10 Minuten ziehen lassen, damit die Aromen in die Butter übergehen. Den Senf und Zitronensaft einrühren. Die Butter warmhalten.
3. Steaks braten: Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen (wenn nötig, in zwei Durchgängen arbeiten). Die Steaks bei hoher Hitze von jeder Seite 3-4 Minuten scharf anbraten, bis sie eine schöne goldbraune Kruste haben. Wenn die Steaks dick sind, die Hitze reduzieren und die Steaks für weitere 2-3 Minuten auf jeder Seite garen lassen, bis der gewünschte Gargrad erreicht ist.
4. Steaks ruhen lassen: Die Steaks aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller abgedeckt 5-10 Minuten ruhen lassen.
5. Sauce zubereiten: In derselben Pfanne den Bratensatz mit dem Weißwein (falls verwendet) ablöschen. Den Rinderfond hinzufügen und bei mittlerer Hitze reduzieren lassen, bis die Sauce leicht eingedickt ist.
6. Servieren: Die Kalbsteaks auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit der Rosmarin-Knoblauch-Butter bestreichen und die Sauce darüber geben. Mit frischer Petersilie garnieren, falls gewünscht.
7. Beilagen: Dazu passt ein cremiges Kartoffelgratin und saisonales Gemüse wie grüne Bohnen oder Rosenkohl.

Tipp

- Du kannst die Steaks auch im Ofen fertig garen, wenn du eine größere Menge gleichzeitig zubereiten möchtest. Nach dem Anbraten einfach in den vorgeheizten Ofen (bei ca. 150°C) geben und bis zum gewünschten Gargrad ziehen lassen.