

## Kalbssteaks mit Spargel-Spaghetti und Parmesansauce Zutaten für 4 Personen

### Zutaten:

4 Steaks vom  
Kalbsrücken, nicht zu  
dünn geschnitten  
250 g grüner Spargel  
250 g Spaghetti  
400 ml Sahne  
1 Knoblauchzehe  
200 g Parmesan, frisch  
gerieben  
Salz, Pfeffer  
Zucker  
Butter

### Zubereitung:

Den grünen Spargel mit dem Gemüseschäler in  
dünne Streifen hobeln.  
Die Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen.

Die Sahne mit der Knoblauchzehe aufkochen, 5 min  
leicht köcheln lassen. Den Knoblauch herausfischen  
und den Parmesan in der Sahne auflösen.

Die Kalbssteaks auf heißer Flamme scharf von beiden  
Seiten anbraten, salzen, pfeffern und bei 100° im  
Backofen etwa 10 min. ziehen lassen (sie sollten innen  
noch rosa sein)

Etwas Butter in der Pfanne zergehen lassen, zwei Löffel  
Zucker darin karamellisieren und dann die  
Spargelstreifen dazugeben.  
Wenn sie leicht gebräunt sind die Spaghetti  
dazugeben und untereinander heben.

Zum Schluss die Parmesansauce unter die „Spargel-  
Spaghetti“ heben und über die gabelgerolltes Nest zu  
den Kalbssteaks servieren.

Dazu passt wunderbar ein fruchtig-frischer  
Weißburgunder feinherb.

Guten Appetit!