1A+1B Fleisch

Hirschkalbsteak mit grünem Gemüse, Kartoffelpüree und cremiger Pilzsoße

Zubereitungszeit
25 minuten

Portionen
Voor 4 personen

Zubereitungsart

1. Den Ofen auf 180 °C vorheizen. Die Hirschkalbsteaks mit Pfeffer und Salz würzen und in der Butter von beiden Seiten braun anbraten. Aus der Pfanne nehmen und 3 Minuten im vorgeheizten Ofen garen. Die Steaks aus dem Ofen nehmen und auf einem Teller mit Alufolie bedecken. Eine andere Auflaufform nehmen und darin Spargel und Rosenkohl mit ½ EL Olivenöl und Salz anmachen. Die Form in einem auf 180 °C vorgeheizten Ofen garen. Nach ca. 10 Minuten prüfen ob das Gemüse gar ist. Wenn nicht, noch 5 Minuten länger im Ofen lassen.
2. Einen Kochtopf nehmen und die Pilzstücke, Schalotte und Knoblauch in ½ EL Olivenöl weich schmoren. Dann die Hitze erhöhen und den Rotwein hinzufügen, komplett einkochen lassen. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Philadelphia light einrühren. In der Zwischenzeit die Kartoffelpüree-Beutel mit 180 ml Wasser vermengen und das Püree in einem Topf aufwärmen. Achtung, nicht kochen lassen. Das Gemüse auf die Teller verteilen. Schöne Scheiben vom Hirschkalbsteak schneiden und das Fleisch auf das Gemüse legen. Die Pilzsoße um das Fleisch und das Gemüse herum schöpfen und das Kartoffelpüree mit einem Löffel in einem schönen Streifen über die Teller verteilen.

Zutaten

- [ ] 2 Beutel PS. food & lifestyle aardappelpuree
- [ ] 480 g Hirschkalbsteak (4x120 g)
- [ ] 300 g Rosenkohl, halbiert
- [ ] 250 g Pilze, in Vierteln (z.B. Pfifferlinge oder Kastanienchampignons)
- [ ] 4 grüne Spargeln, geschält und in drei Stücke geschnitten
- [ ] 1 Schalotte, fein geschnitten
- [ ] ½ Knoblauchzehe, sehr fein geschnitten
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] 1 EL Butter
- [ ] ½ Glas Rotwein
- [ ] ½ Packung Philadelphia light
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz