

4 Kalbs-Tagliata mit gebratenem Spargel

1 Bund Schnittlauch
1 EL Zitronensaft
8 EL Olivenöl
Salz
4 Knoblauchzehen
1 kg grüner Spargel
50 g getrocknete Tomaten, in Öl,
abgetropft
Pfeffer
750 g Kalbsrücken
grobes Meersalz

-
1. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Mit Zitronensaft, 4 EL Olivenöl und etwas Salz verrühren.
 2. Knoblauchzehen pellen und längs halbieren. Spargel kalt abspülen, das untere Viertel der Stangen abschneiden. Getrocknete Tomaten fein würfeln.
 3. Den Ofen auf 240 Grad vorheizen, ein Backblech hineingeben und 5 Minuten heiß werden lassen. 2 EL Öl auf das Blech geben, Spargel und Knoblauch in einer Schicht darauf verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Im Ofen 12 Minuten braten, dabei gelegentlich wenden.
 4. Inzwischen eine schwere Pfanne auf dem Herd erhitzen und das restliche Öl hineingeben. Das Kalbfleisch portionieren, a' 150 g, mit Pfeffer würzen, von jeder Seite 3 Minuten bei starker Hitze braten, dann in Alufolie gewickelt ruhenlassen.
 5. Den Spargel aus dem Ofen nehmen, mit den gewürfelten Tomaten mischen. Auf vorgewärmte Teller verteilen. Die Kalbssteaks quer in je 6 Scheiben schneiden, auf die Teller geben und mit etwa Meersalz bestreuen. Alles mit der Schnittlauch-Vinaigrette beträufeln.