

Rezept

Geschnetzeltes mit Spargel

Ein Rezept von Geschnetzeltes mit Spargel, am 30.03.2023

Zutaten

500 g Kalbsfilet (ersatzweise Schweinefilet)	250 g Egerlinge oder Kräuterseitlinge
250 g grüner Spargel	1 Bund Frühlingszwiebeln
1 EL Öl	1 EL Butter
1 EL Mehl	200 ml Fleischbrühe
100 g Sahne	Salz
Pfeffer, frisch gemahlen	2 TL Zitronensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal

Zubereitung

1. Fleisch in dünne Streifen schneiden. Pilze putzen und in feine Scheiben schneiden. Spargel waschen, großzügig von den Enden befreien, in 2 cm lange Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.

2. Öl und Butter erhitzen, Fleisch in zwei Portionen bei starker Hitze kräftig anbraten und wieder herausnehmen. Pilze, Spargel und Zwiebelringe im Fett gut anbraten.

3. Mit Mehl bestäuben, mit Brühe ablöschen und zugedeckt 5 Min. bei schwacher Hitze schmoren. Sahne unterrühren, die Sauce etwas einkochen lassen und das Fleisch untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.