

Rezept

# Spargelsteak

Ein Rezept von Spargelsteak, am 15.01.2025

## Zutaten

<b>700 g</b> Spargel (weiß oder weiß-violett)	Spargelbrühe
<b>3</b> Tomaten	<b>200 g</b> Greyerzer Käse
<b>2 Zweige</b> Basilikum	<b>3 EL</b> Öl
<b>1 EL</b> Butter	<b>4</b> Hüftsteaks (à etwa 150 g)
Salz	Pfeffer
<b>4 EL</b> Pesto (aus dem Glas)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 575 kcal

## Zubereitung

1. Spargel waschen, schälen, die Enden abschneiden. In einem Topf mit Dämpfeinsatz zugedeckt über Spargelbrühe 6 Min. dämpfen. Tomaten waschen, in Scheiben, Greyerzer in kurze, 1 cm breite Streifen schneiden. Basilikum waschen, die Blättchen abzupfen.
2. Den Backofen auf 225° vorheizen. Eine Auflaufform einölen. Spargel quer halbieren. Übriges Öl mit Butter erhitzen. Steaks darin beidseitig 2 Min. braten. Salzen und pfeffern.
3. Steaks in die Form legen. Mit der halben Menge Pesto bestreichen, mit Tomaten, Spargel und Käse belegen. Im Backofen (Mitte, Umluft 180°) 10 Min. überbacken. Mit dem übrigen Pesto und Basilikum garnieren.