

Schweinssteak auf Frühlingsgemüse mit Bärlauchbutter

Zubereitung 50 Min. für 2 Personen

Bärlauchbutter:

50 g	Butter, weich
1/4 TL	Salz
1/2	Knoblauchzehe
1/2 TL	Zitronensaft
½	Zitronenschalenpaste
1 EL	Bärlauch, gehackt

Steak und Gemüse:

1/2	Zucchini
½	Fenchel
1/4	Bund Frühlingszwiebeln
1/4 EL	Olivenöl
1	Schweinssteak
1/4 TL	Senf
1/2 EL	Erdnussöl
	Salz, Pfeffer

1. Butter mit Salz rühren bis sich Spitzchen bilden. Knoblauchzehe pressen, dazugeben und mit Zitronenschalenpaste und Zitronensaft unterrühren. Bärlauch daruntermischen, Butter zwischen zwei Backpapierbögen 2 cm dick ausrollen und kaltstellen.

2. Gemüse in gleichmässige feine Streifen schneiden, im Olivenöl andünsten, mit Salz und Pfeffer würzen. Dünsten bis es knapp weich ist.

3. Steaks mit Senf einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen, im Erdnussöl rundum scharf anbraten und im Ofen bei 120°C 20 Min. durchziehen lassen. Gemüse auf Teller anrichten, Steaks auf Gemüsebeet geben.

4. Aus der Butter mit Formen ausstechen, auf die Steaks geben und sofort servieren.

En Guete